GQ

BRASIL

Nº 160 **Novembro** R$ 35,00
00160
7 896937 880153
CARGA TRIBUTÁRIA FEDERAL APROXIMADA 5,15%

100 ANOS DE GLOBO

AILTON KRENAK

CONVERSAS
PARA ADIAR O FIM
DO MUNDO

GQ

BRASIL

AILTON KRENAK

CONVERSAS
PARA ADIAR O
FIM DO MUNDO

100 ANOS DE GLOBO

Nº 160 **Novembro** R$ 35,00
7 898937 880153 00160
CARGA TRIBUTÁRIA FEDERAL APROXIMADA 5,15%

ines249

GQ BRASIL

AILTON KRENAK

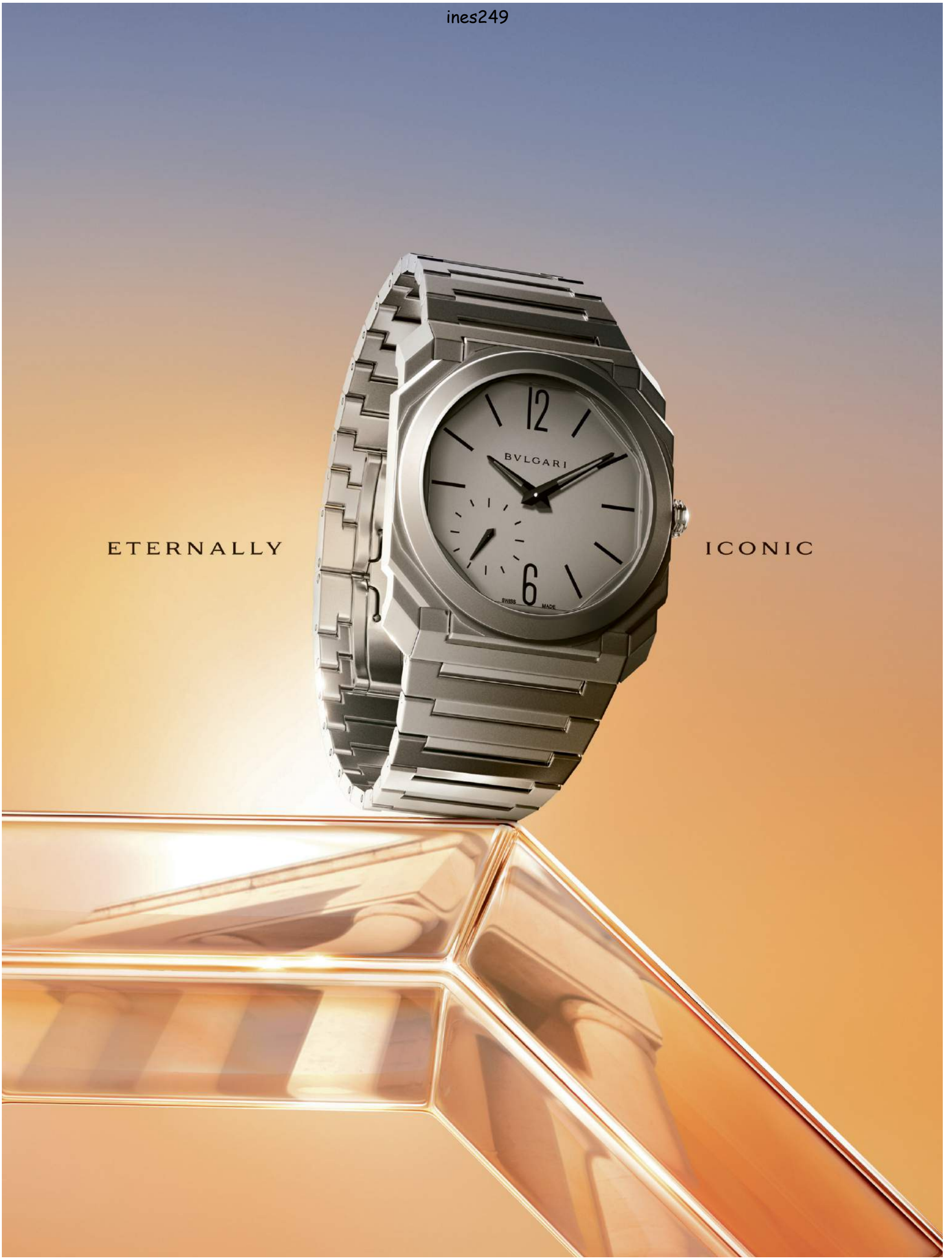
CONVERSAS
PARA ADIAR O
FIM DO MUNDO

Nº 160 **Novembro** R$ 35,00
00160
7 898937 880153
CARGA TRIBUTÁRIA FEDERAL APROXIMADA 5,15%

100 ANOS DE GLOBO

louisvuitton.com

ines249


ETERNALLY
ICONIC
BVLGARI
12
6
SWISS
MADE

ines249

BVLGARI

ROMA 1884

SÃO PAULO • SHOPPING JK IGUATEMI, SHOPPING CIDADE JARDIM

ines249

Uma edição para adiar o fim do mundo

"Hoje estamos na iminência de a Terra não aguentar nossa demanda." A frase é de Ailton Krenak, filósofo, escritor, ativista, imortal da Academia Brasileira de Letras e capa desta edição da GQ Brasil.

A frase proferida acabou se tornando parte do best-seller "Ideias para Adiar o Fim do Mundo", livro publicado pela Companhia das Letras em 2019. Mas, para quem acompanha a longa jornada de Ailton, a declaração não é novidade. Ele está engajado na defesa do meio ambiente há mais de quarenta anos, tendo participado de importantes organizações como a União das Nações Indígenas e a Aliança dos Povos da Floresta. Esta última selava a parceria entre sindicalistas extrativistas, como o lendário Chico Mendes, e povos indígenas.

Desde essas mobilizações, Ailton defende a composição de "pequenas constelações de gente espalhada pelo mundo que dança, canta, faz chover". Pelas frestas, ele une coreografia e luta, beleza e dureza. "O tipo de humanidade zumbi que estamos sendo convocados a integrar não tolera tanto prazer, tanta fruição de vida. Então, pregam o fim do mundo como uma possibilidade de fazer a gente desistir dos nossos próprios sonhos. E a minha provocação sobre adiar o fim do mundo é exatamente sempre poder contar mais uma história. Se pudermos fazer isso, estaremos adiando o fim."

Como ele disse, também, é mais fácil imaginarmos o fim do mundo — em filmes, livros, discursos apocalípticos — do que inventarmos uma nova forma de viver.

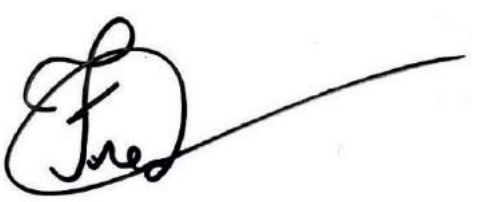
E A COP?

Esta edição chega às suas mãos enquanto o Brasil recebe a COP30, em Belém do Pará. A 30ª Conferência das Nações Unidas sobre Mudança do Clima se desenrola entre 10 e 21 de novembro, sendo precedida da cúpula de chefes de Estado, alguns dias antes. Ailton é crítico do evento e do conceito de sustentabilidade, como afirmou no ótimo perfil que nosso editor assistente Marcos Candido traçou nesta revista. (O texto de Marcos, aliás, vem acompanhado das lindas fotos de Gleeson Paulino, com direção de arte do Victor Amirabile e gerência de produção do Enzo Amendola, além do styling de Sam Tavares, que vestiu Ailton com peças de designers indígenas como Maurício Duarte e Sioduhi Waíkhun.)

No entanto, acredito que momentos como a COP podem ser, no mínimo, a desculpa necessária para falarmos de um assunto urgente, repensarmos a forma como nossa sociedade vive, escrevermos textos como este que você lê agora e pararmos para ouvir sábios como Ailton Krenak, um pensador original, dono de um raciocínio que põe o Sul Global na vanguarda do futuro ancestral.

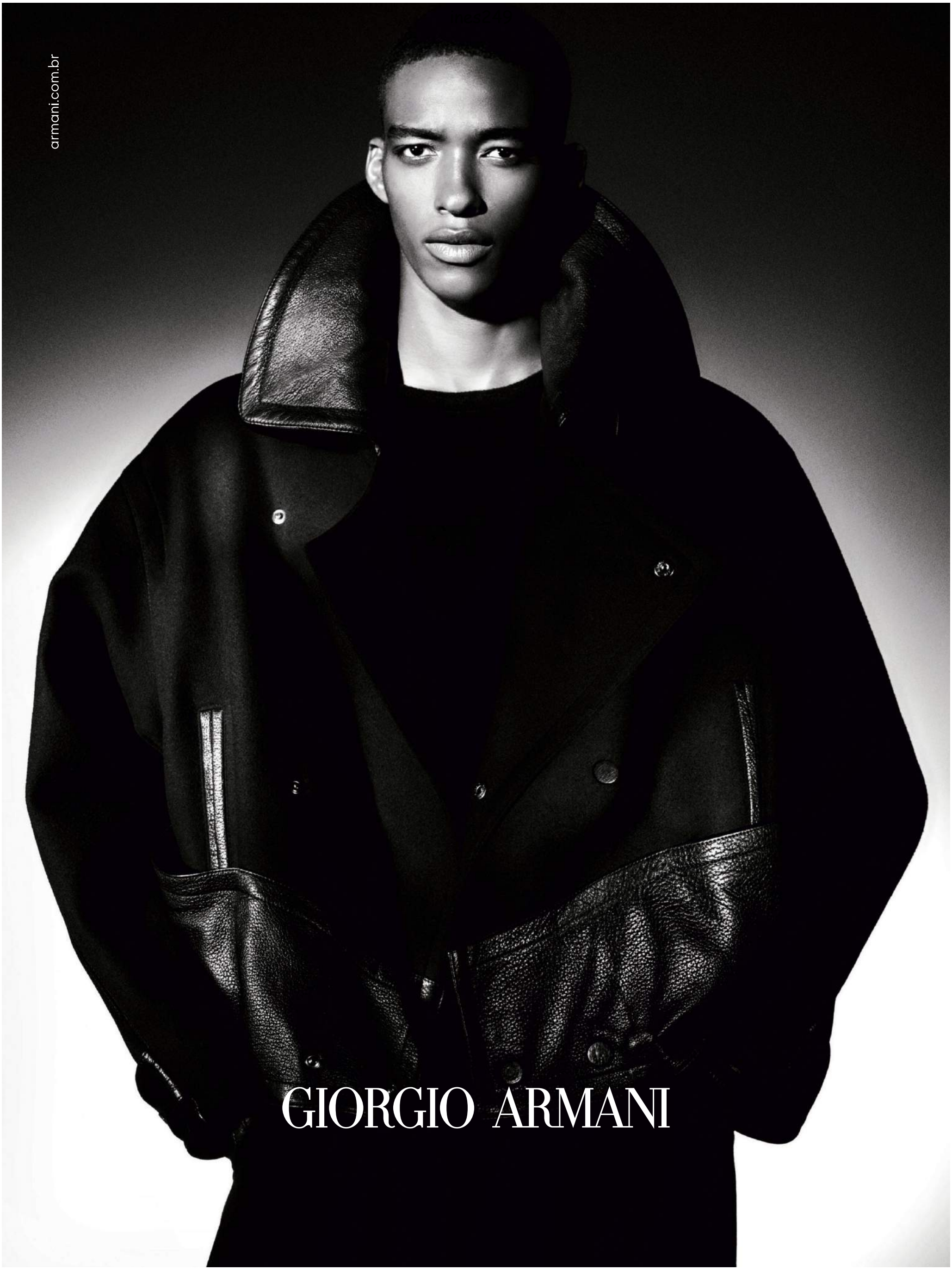
Não são essas, afinal, maneiras de sonharmos adiar, pelo menos por hoje, o fim do mundo?

Foto Acervo pessoal



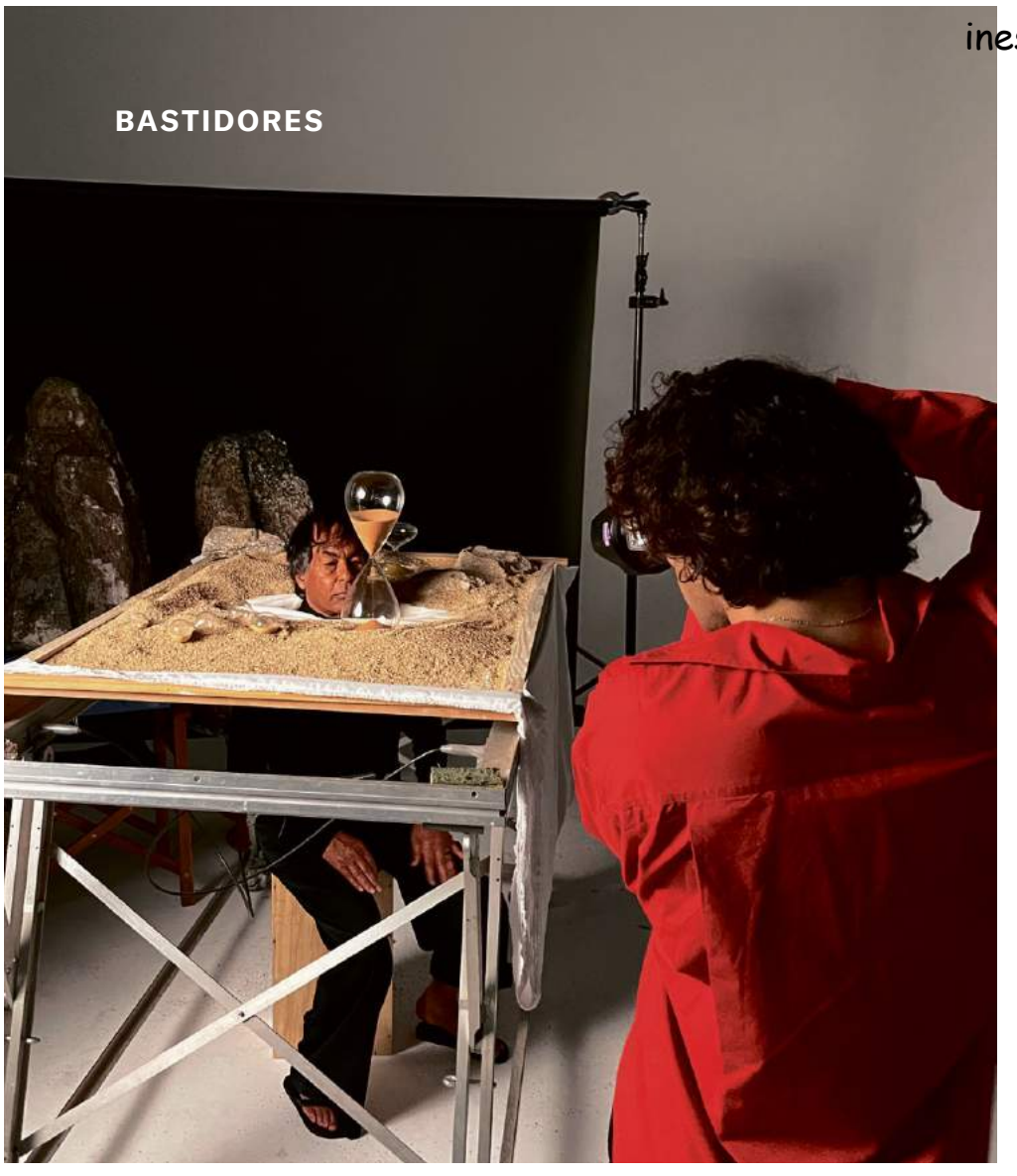
FRED DI GIACOMO
DIRETOR DE CONTEÚDO
@FREDDIGIACOMO

armani.com.br



GIORGIO ARMANI

ines249



CABEÇA NA NATUREZA

Para esta capa, com o ativista indígena Ailton Krenak, nosso editor de arte, Victor Amirabile, pensou em um cenário especial para as fotos, criado por Yuri Godoy. As ampulhetas têm relação com "Ideias para Adiar o Fim do Mundo", um dos principais livros de Ailton, enquanto a areia e as pedras evocam a natureza, ambiente onde o líder se criou e que sempre reverenciou. Os cliques ficaram a cargo de Gleeson Paulino, responsável por outras capas, como a de Selton Mello, no ano passado.

LEONE EM PARIS

O ator Gabriel Leone posou para um ensaio fashion nas ruas de Paris durante a Semana de Moda, em junho. Vestido pelo stylist Lucio Fonseca, que mora na cidade, ele circulou em uma tarde ensolarada pelo bairro Le Marais.

Foto Gabriel Cappelletti

DE OLHO NOS DESFILES

A 60ª edição da São Paulo Fashion Week, em outubro, marcou as três décadas do evento. Nossa equipe — incluindo as repórteres Sofia Hermoso e Ana Beatriz Gonçalves, na foto — assistiu a dezoito desfiles em diversos pontos da capital. A cobertura completa você encontra nas nossas redes sociais e no site da GQ Brasil.

ines249

A neve guarda um mundo de descobertas

Usando seu Visa Infinite, você tem a chance de viver cada uma delas nos **Jogos Olímpicos de Inverno Milano Cortina 2026.**

O mundo é Infinite.
Descubra o seu.

Lucas Pinheiro
Esqui Alpino
Team Visa

SAIBA MAIS

E PARTICIPE

VISA
Worldwide Partner

MILANO CORTINA 2026

MILANO CORTINA 2026

PROMOÇÃO APROVADA PELA SPA. PERÍODO DE PARTICIPAÇÃO DE 01/10/2025 A 06/12/2025. CONSULTE REGULAMENTO EM VISA.COM.BR/MILANOCORTINA

ines249

48
AILTON KRENAK

A rica trajetória do ativista, referência na luta indígena

Camisa **Alexandre Won** | Calça **Misci** | Acessórios acervo pessoal

Foto Gleeson Paulino

ines249

Foto Chiara Gianforte

70
Acossado
Gabriel Leone posa com nova coleção da Louis Vuitton em Paris

12. AS PROFUNDEZAS DE UM DIRETOR
Daniel Rezende adapta livro de Valter Hugo Mãe para o cinema

16. NASCIDO NOS EUA
Entrevistamos o ator Jeremy Allen White

18. SOCIAL CLUB
Os convidados dos 30 anos da SPFW

20. VITRINE
Artigos com inspiração na estética dos anos 70

22. NÓ REFORÇADO
As gravatas seguem fortes na moda

23. PONTUAL
Um relógio digno do Santos Dumont

24. MANUAL
Como combinar ternos, costumes, blazers...

31. CURADORIA
Móveis icônicos assinados para sua casa

32. BOUTIQUE
Nossa lista de sabonetes em barra

34. SABOR
O dadinho de tapioca do Mocotó completa duas décadas

35. BALCÃO
Um bar de vinhos com boa comida

36. A BUSCA PELA VELOCIDADE
Fãs rodam o mundo para acompanhar todo o circuito da Fórmula 1

38. E O VENTO LEVOU
O carioca Pedro Matos desponta no kitesurf

44. VIAGEM DE ALTA-COSTURA
A nova era do turismo de luxo, mercado que fatura alto

66. RECEITA DO SUCESSO
Arthur Paek bomba na internet com vídeos criativos culinários

78. O PESO DA VIRILIDADE
Pesquisa mostra danos causados pela pressão por performance sexual

82. A HORA DE ESTRELA
O galã Romulo Estrela volta à TV na novela "Três Graças"

86. BAIXA TENSÃO
O que sabemos sobre a chamada pré-hipertensão

90. DE OLHOS BEM ABERTOS
Como funciona a cirurgia plástica blefaroplastia

97. PEÇA-CHAVE
Um tênis básico com um twist

98. SAIDEIRA
O champanhe Lallier desembarca no Brasil

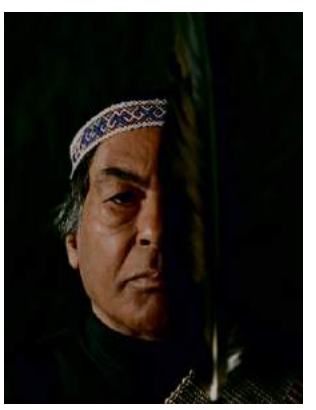


FOTO 1: Look total **Maurício Duarte** | Faixa de cabeça acervo pessoal | **FOTO 2:** Gola alta **Intimissimi Uomo** | Faixa acervo pessoal I **FOTO 3:** Gola alta **Intimissimi Uomo** | Faixa de tucum **Sioduhi Studio** | Faixa de cabeça acervo pessoal

ines249

As profundezas de um diretor

Prestes a lançar a adaptação cinematográfica do livro “O Filho de Mil Homens”, o paulistano Daniel Rezende, 50, fala sobre como mergulhou na poesia e na humanidade de Valter Hugo Mãe após dirigir hits populares como “Bingo” e “Turma da Mônica”

TEXTO **PAULA RODRIGUES TRINDADE**
FOTOS **ALLE MANZANO**

ines249

Quem já leu um livro do português Valter Hugo Mãe sabe: a intensidade poética do autor é capaz de traduzir os aspectos mais profundos da nossa humanidade em palavras. Então, imagine a dificuldade de transformar isso em imagens. Foi o desafio "quase impossível" que o diretor paulistano Daniel Rezende, 50, assumiu ao querer adaptar "O Filho de Mil Homens" para a telona. Com carreira consagrada na montagem de grandes filmes (o principal foi "Cidade de Deus", pelo qual foi indicado ao Oscar e venceu o Bafta de melhor montagem) e depois na direção de produções populares como "Bingo: o Rei das Manhãs" e "Turma da Mônica — Laços", Rezende sentiu que era hora de mergulhar num projeto mais denso. Se ficou alguma dúvida sobre se o longa, que sai pela Netflix em 19 de novembro, ficou à altura da obra original, o próprio Hugo Mãe a desfaz ao elogiar o trabalho: "Estou até com medo de que seja um dos poucos filmes da história a superar o livro".

O CICLO DOS GOONIES

Venho de uma família que não era ligada à arte. Lembro que, enquanto meus amigos e primos queriam ir à piscina ou à praia, eu preferia assistir a filmes. Via "Os Trapalhões" todo ano, no dia da estreia. Quando assisti a "Os Goonies", saí tão eufórico que pensei: "Não sei o que quero fazer da vida, mas quero causar nas pessoas o que estou sentindo agora". Anos depois, em "Turma da Mônica – Laços", muitas crianças foram ao cinema pela primeira vez para ver um longa nacional, o que foi lindo. Vários jovens me procuraram dizendo que, depois do filme, decidiram fazer cinema. Foi como fechar um ciclo.

"CIDADE DE DEUS"

Apesar de querer fazer cinema, eu me formei em publicidade — o que me levou a trabalhar com o Fernando Meirelles, com montagem de comerciais. Um dia ele me chamou para montar "Cidade de Deus". Foi o primeiro filme que montei na vida. A montagem entrou como um acidente de percurso maravilhoso na minha vida, porque acabei trabalhando em filmes de grandes diretores, como Walter Salles e Laís Bodanzky. E meu olhar na montagem — que no cinema é a parte que, para mim, define um bom contador de histórias — me ajuda até hoje a dirigir.

GRANDES DIRETORES

Aprendi com eles, principalmente com o Fernando, sobre o valor da escuta. Conseguir ouvir a equipe é essencial para que todos façam o mesmo filme, caminhando na mesma direção. O diretor precisa, no mínimo, saber para onde está indo e sobre o que quer falar. Esse poder de incentivar o time a acender uma luz, essa faísca que começa dentro de você e se espalha por cada pessoa, é o que se projeta e se materializa no filme.

"O FILHO DE MIL HOMENS"

Eu estava procurando um novo projeto e queria me reinventar, sair um pouco do lugar-comum. Sempre gostei de fazer trabalhos mais pop, que conversam com o público. Mas estava precisando olhar para dentro. Isso tem a ver com meu processo de amadurecimento e com o entendimento do meu lugar masculino no mundo. Quando li esse livro, ainda na pandemia, já no primeiro capítulo, soube que seria meu próximo projeto. Tive certeza de que precisava contar aquela história. Como pai, eu me vi no personagem do Crisóstomo, que parte em busca de um filho e se relaciona com as pessoas de um jeito diferente do que aprendi no início da vida.

ADAPTAÇÃO

Era uma tarefa praticamente impossível adaptar Valter Hugo Mãe para o cinema. Principalmente esse livro, porque ele tem uma escrita muito poética. Às vezes, você não vê muitas cenas; há ali um fluxo de pensamentos que gera sensações e emoções por meio da sutileza, da sensibilidade, de uma maneira muito sensorial. O autor flerta com o realismo mágico, com a atemporalidade, e eu trouxe tudo isso para o filme.

UNIVERSALIDADE

A maneira como Valter Hugo Mãe enxerga a humanidade, a forma que se aprofunda nos personagens é algo que poucos escritores conseguem. Essa prosa poética faz com que a gente se veja, se questione, se aprofunde.

ines249

Todo livro do Valter termina nos transformando, deixando-nos melhores do que quando começamos. São personagens movidos por sentimentos universais: solidão, angústia e dor. Isso ressoa ainda mais hoje, em tempos em que estamos cada vez mais conectados, e, paradoxalmente, mais solitários.

REAÇÃO DO AUTOR

A gente conversou apenas uma vez com o Valter, e ele disse, de maneira muito afetuosa: "Não sei fazer cinema, essa não é a minha arte. Sei fazer livros, já criei essa história". Comentou, inclusive, que, se participasse, talvez acabasse sofrendo, tentando ajudar e, no fim, atrapalhando o resultado. Demonstrou maturidade, inteligência e afeto. Durante as filmagens, ele viu pouquíssimas imagens, não leu o roteiro. Por isso estávamos todos muito nervosos no dia em que ele assistiu ao filme. Quando terminou a exibição, ele ficou em silêncio. Depois começou a chorar e disse quanto estava feliz. Elogiou e agradeceu pela forma como adaptamos sua obra para o cinema.

TRAIR POR AMOR

Existe uma ideia de que gosto muito: quando você está adaptando uma história, às vezes é preciso trair por amor. Esse conceito de trair é, na verdade, um gesto de ressignificação. Curiosamente, quanto mais eu ressignificava, mais fiel à obra original o longa ficava. É claro que algumas histórias do livro ficaram de fora, assim como há outras na tela que não existem no texto. Depois, o Valter disse que o filme era melhor que o livro. Isso não foi bom de ouvir por vaidade, mas porque esse projeto nasceu de muitas faíscas criativas, de conexões verdadeiras. Cada pessoa envolvida colocou tanto amor e presença no processo que tudo isso, de alguma forma, se materializou na tela.

FAMÍLIA INTENCIONAL

O principal tema do livro é a família que se conecta pelo afeto. Esses personagens, a começar pelo Crisóstomo, que se vê muito solitário e decide sair em busca de um filho, acabam encontrando conexões reais e verdadeiras pelo caminho. Há uma frase muito bonita do Crisóstomo: "Uma família pode ser feita de muitas coisas". Gosto muito de pensar nesse conceito de "família intencional", formada por responsabilidade afetiva, que amplia o sentido tradicional de família sem negá-lo. Sua família pode ser você e seu cachorro, você e seus amigos, você e um primo — e está tudo bem, desde que essas conexões sejam construídas a partir da escuta e do acolhimento. Assim, os personagens encontram pertencimento.

MASCULINIDADE REPENSADA

O que mais me pegou no livro foi perceber como, quando eu era jovem, minhas referências de masculinidade eram o Rocky Balboa e o Rambo. Não digo isso como uma crítica, apenas acho que a arte tem o dever de reimaginar o mundo, de criar novas referências e expandir o conceito de masculino. Convido o espectador a acompanhar a jornada do Crisóstomo e se reconhecer e se questionar, como eu me questionei durante todo o processo, sobre como me relaciono com os outros a partir do meu lugar de homem.

"Quando li esse livro, na pandemia, já no primeiro capítulo, soube que seria meu próximo projeto. Tive certeza de que precisava contar aquela história."

A FORÇA DE SANTORO

Foi muito interessante construir, junto com o Rodrigo Santoro, essa nova versão de um masculino, pautada na escuta, no afeto e na empatia. Uma masculinidade que se afasta da violência e da imposição, e enxerga a humanidade do outro, sem julgamentos. O personagem do Crisóstomo no livro fala coisas com muita sensibilidade. Ao adaptá-lo para o filme, percebemos que ele, às vezes, soava meio "palestrinha". Então, apostamos nos silêncios. E devo dizer: Santoro é um patrimônio cultural do nosso país. Ele aceitou um desafio dificílimo, porque, ao ler o roteiro, afirmou: "Quero fazer esse filme, mas não tenho ideia de como fazer o Crisóstomo. Não consigo, porém, não pensar em fazê-lo". Pelo silêncio e pelo olhar, Rodrigo conseguiu comunicar tudo. O olhar dele no longa é curativo, ele escuta você.

NÃO ESTAMOS SÓS

Há uma cena de um grito de Crisóstomo, quase contido, que é uma das que mais me tocam. Quando sentimos a angústia colocada para fora. É algo do masculino, porque o masculino aprende a nunca sentir e, quando sente, a nunca expressar os próprios sentimentos. Em vez de tentar explicar isso em palavras, colocamos em ação: ele põe a dor para fora e a divide com a natureza. Há uma frase no

Fotos Divulgação/Netflix

ines249

Rezende: ele tem no currículo a montagem de “Cidade de Deus”

livro, também ressignificada no filme: “Somos o resultado de tanta gente, de tanta história, de tantos grandes sonhos que vão passando de pessoa a pessoa que nunca estaremos sós”. O filme utiliza essas sutilezas e subjetividades para falar de coisas grandes e importantes.

CINEMA NACIONAL

Vivemos um momento incrível para o nosso cinema, com muitas conquistas internacionais. Mas o mais interessante é refletir como temos conseguido realizar filmes tão plurais, tão bem-feitos e que se conectam com o público. Ainda estamos em um momento bastante polarizado, e precisamos que o público fique do lado da nossa cultura, que tenha orgulho dela.

PATERNIDADE

Tenho um filho que acabou de completar 21 anos, o Henrique. Tento criar uma paternidade muito baseada no diálogo, em estar aberto a mudar e a olhar pela perspectiva dele, mas ao mesmo tempo questionar o que ele faz, o que ele pensa e tentar construir algo juntos. Ser pai me fez questionar muita coisa na sociedade, como os padrões nos quais nós todos somos condicionados, para poder discernir quais fazem sentido para mim ou não.

VINHO E FESTA

Fora do trabalho, gosto de passar tempo com minha companheira, Chris, meu filho, meus amigos... Curto ir ao cinema, para ver como outros cineastas contam histórias. Também organizo noites de vinho e jogos cooperativos, em que ou todo mundo ganha ou todo mundo perde. E comecei a minha carreira como DJ, então gosto de festa! Uma boa pista de dança é um lugar onde fico feliz. GQ

ines249

NASCIDO NOS EUA

Destaque da série “The Bear”, o ator Jeremy Allen White encara o desafio de viver no cinema Bruce Springsteen, autor do clássico “Born in the USA” — e sob o olhar atento do cantor. “Fiquei preocupado com o julgamento dele”, disse à GQ Brasil

TEXTO **SOFIA HERMOSO**

Foto Divulgação

ines249

Jeremy Allen White, 34, brilhou para o mundo ao vestir o avental do chef Carmy Berzatto na série "The Bear", que está na quarta temporada e lhe rendeu dois Emmy e três Globos de Ouro de melhor ator. O norte-americano, também destaque de "Shameless" (2011–2021), se lança agora em um novo desafio: dar vida no cinema a uma lenda da música, Bruce Springsteen. No longa "Springsteen: Salve-me do Desconhecido", que estreou no Brasil no último dia 30, ele interpreta o roqueiro durante o lançamento de "Nebraska" (1982), seu álbum mais intimista e pessoal, que antecede o estrondoso "Born in the USA". Para retratar a fase difícil do Boss, White contou com o apoio do próprio músico, que, aos 76 anos, acompanhou de perto sua cinebiografia. Confira nossa entrevista com o ator.

Você cantou no filme e foi elogiado por Springsteen. Como se deu o preparo vocal? Tive cerca de seis meses para aprender a cantar e a tocar guitarra, contando com a ajuda de supervisores musicais como Dave Cobb, JD Simo e Eric Vetro. Foi intimidador, mas uma questão de dedicação. Encontrava o Eric quatro vezes por semana e o JD, de quatro a seis vezes. Não houve atalhos, só tempo e prática. No início, tentei soar como o Bruce, mas fiquei tão focado nisso que esqueci de me concentrar na história. Quando cantei com honestidade, deixei de lado a ideia de cantar perfeitamente e consegui me conectar à música do meu jeito. Passei horas treinando sozinho no carro, ouvindo as canções, e tive a sorte de gravar em um estúdio em Nashville. Nesse momento, senti pela primeira vez uma proximidade real com o Bruce.

Como foi interpretar uma lenda musical que ainda está viva? Desafiador, porque sabia que ele estava assistindo e muito envolvido, algo ótimo para o filme, pois garantiu que contássemos a história com veracidade. Ao mesmo tempo, isso me confrontou como ator. Precisamos de um certo nível de ilusão para acreditar nas circunstâncias do personagem, algo difícil com Bruce por perto. Fiquei preocupado com seu julgamento. Com o tempo, sua presença se tornou natural e percebi que ele estava ali para me apoiar. Lembro de dias muito difíceis no set, em que mal tive forças para me levantar da cama, e sempre recebia uma mensagem dele à noite, comentando algo que havia notado — às vezes um detalhe, como um olhar, outras vezes algo maior, como cantar "Nebraska".

> "Lembro de dias difíceis no set, em que mal tive forças para me levantar da cama, e sempre recebia uma mensagem do Bruce à noite."
>
> **JEREMY ALLEN WHITE**

Ele chegou a dar algum conselho? O que mais me impressionou foi a pureza com que ele se relaciona com o mundo. Ele é acessível, honesto, humilde, não só comigo, mas com todos. Apenas passar um tempo com ele já foi um aprendizado. Lembro que perguntei sobre o ataque de pânico que sofreu quando estava tentando fugir dos problemas, dirigindo de Nova Jersey a Los Angeles. Quis entender como viveu aquilo. Ele descreveu a sensação de estar preso fora de si, como um observador da própria vida, sem conseguir se sentir presente. Eu me identifiquei, porque já havia passado por algo parecido. Isso ajudou a criar um elo entre nós. Foi um momento de virada para mim.

O filme retrata um período específico da vida de Springsteen. O público precisa conhecer toda a sua carreira para se conectar? Acho que não. Os fãs vão gostar e descobrir algo novo, mas a intenção sempre foi contar uma história humana, a respeito de um jovem músico num momento de crise, buscando ajuda. É sobre isso antes de ser sobre a lenda Bruce Springsteen. Nesse sentido, seja você alguém que sempre amou o Bruce, um ouvinte casual ou até mesmo uma pessoa que nunca tenha ouvido falar dele (embora eu ache difícil não conhecê-lo), todos podem assistir ao filme e tirar algo dele.

Você se acha parecido com ele de alguma forma? No começo, não via semelhanças. Pensava: "O que poderia ter em comum com esse ícone do rock?". Então, ele me contou sobre sua crise de pânico e disse que tinha a sensação de só se conectar plenamente em cima do palco, cerca de três horas por dia. E se perguntava: "O que fazer nas outras 21 horas?". Eu senti algo parecido com a atuação quando jovem: uma sensação de foco, paz e conexão que não conhecia antes.

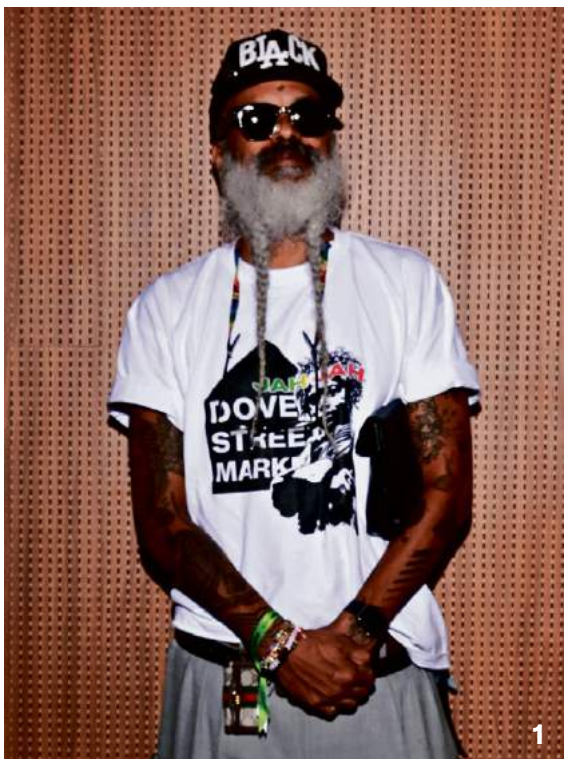
Se pudesse escolher outro artista para interpretar, quem seria e por quê? Talvez alguém dos anos 50 ou 60, especialmente do soul. Gosto muito dessa época, cheia de emoção nas vozes. Talvez alguém como Buddy Holly.

Como lida com o fato de interpretar papéis tão marcantes? O público confunde você com eles? Acredito que sim, especialmente porque passei muitos anos em séries. Há algo de íntimo em estar na televisão e entrar na sala das pessoas. Mas não me preocupo muito com isso; eu me sinto sortudo por ver que o público se conecta tanto com os personagens. GQ

ines249

PASSARELA PAULISTANA

A 60ª edição da São Paulo Fashion Week, entre 13 e 20 de outubro, reuniu 38 desfiles no Ibirapuera e em outras locações, como o Museu da Língua Portuguesa. Confira alguns dos convidados que acompanharam o evento



1

2

Fotos Lu Prezia

3

4

Fotos @fotosdres

À LA GARÇONNE HERCHCOVITCH; ALEXANDRE

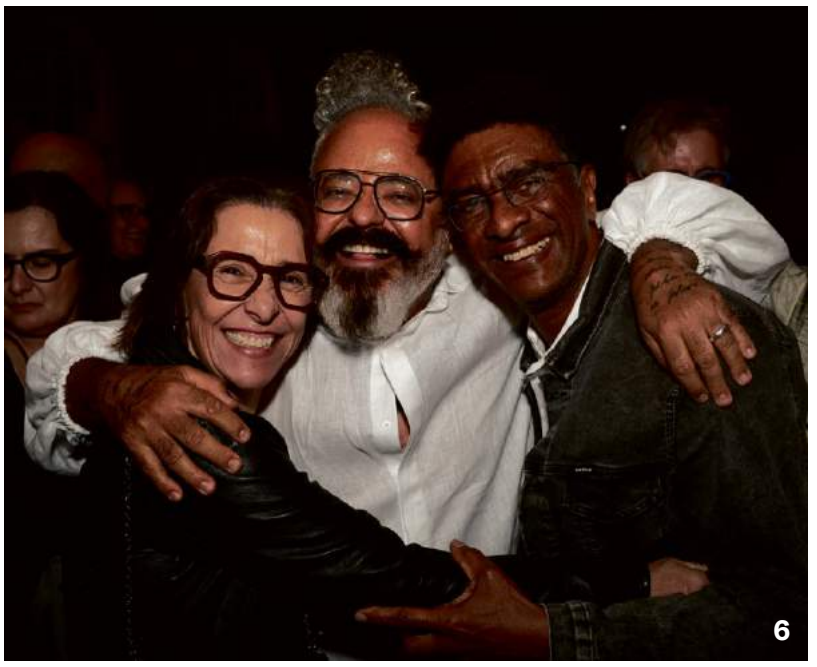
JOÃO PIMENTA

5

Foto Zé Takahashi

1. Jubba Sam, estilista. **2.** Glória Kalil, jornalista, Alexandre Herchcovitch, estilista, e Paula Mageste, diretora-geral da Globo Condé Nast. **3.** Felca, influenciador. **4.** João Lucas, cantor, e Sasha Meneghel, empresária. **5.** Gerald Thomas, autor e diretor, Charles Cosac, editor, Paulo Borges, idealizador da SPFW, João Pimenta, estilista, e Bárbara Paz, atriz. **6.** Ana Quintella, fotógrafa, Ronaldo Fraga, estilista, e Helio de La Peña, humorista. **7.** Sandra Annenberg e Ernesto Paglia, jornalistas. **8.** Criolo, rapper, e seu irmão Cleon Jr. **9.** Caito Maia, empresário, e sua esposa, Denize Savi. **10.** Xamã, cantor e ator. **11.** Jana Rosa e Mari Moon, apresentadoras e influenciadoras. **12.** Paulinho, jogador do Palmeiras, e Dario Mittmann, estilista. **13.** MC Cabelinho, cantor. **14**. MC Carol, cantora.

ines249


6

7

Fotos Gabriel Cappelletti

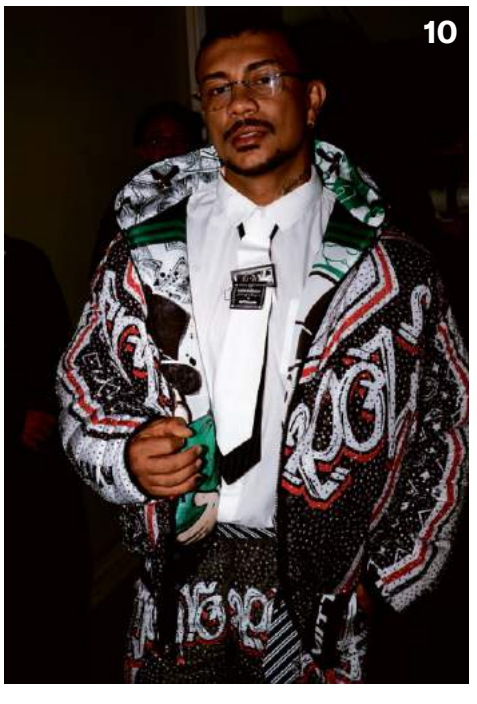
RONALDO FRAGA

8

DARIO MITTMANN

9

11


10

12

Fotos Divulgação

DENDEZEIRO

13

14

Fotos @___m4trix

ines249

FEBRE SETENTISTA

O guarda-roupa estiloso e descontraído dos anos 70 ainda influencia a moda. Estampas, calças flare, coletes e tons terrosos refletem o espírito da época, marcada pela popularização da música disco e pela continuidade da estética hippie.

1. Óculos de sol Jet, **Zerezes**: R$ 895. **2.** Regata canelada slim fit, **H&M**: R$ 129,90. **3.** Pulseira de olho de tigre de aço, **Life by Vivara**: R$ 460. **4.** Camisa floral com abotoamento, **Amir Slama**: R$ 2.080. **5.** Cinto de couro gravado, **Zara**: R$ 409. **6.** Calça jeans flare, **Louis Vuitton**: R$ 8.950. **7.** Colete D-20 marrom, **Misci**: R$ 1.240. **8.** Sandália Arizona Soft Footbed, **Birkenstock**: R$ 1.200. **9.** Meias Pima retrô vermelhas, **Saint Studio**: R$ 62. **10.** Shoulder bag média Horsebit 1955 Aura, **Gucci**: R$ 26.400. **11.** Lenço 100 Please Hold The Line, **Hermès**: R$ 7.600. **12.** Anel de prata com malaquita Joy, **Julio Okubo**: R$ 2.432. **13.** Chapéu caubói de camurça com detalhe de fivela preto, **Renner**: R$ 99,90. **14.** Calça de alfaiataria xadrez, **Burberry**: R$ 10.090. **15.** Sapatos Desert Trek, **Carnan x Clarks**: R$ 2.399. **16.** Jaqueta de veludo western, **Welcome Sunny Garments:** R$ 759.

Fotos Divulgação/Getty Images (pessoas)/Zé Takahashi - Agência Fotosite (Handred)

SKECHERS

COZY

SKECHERS
HANDS FREE
Slip-ins

COM AIR-COOLED
MEMORY FOAM

LAVÁVEL À MÁQUINA

DESCUBRA O TÊNIS MAIS MACIO DO MUNDO!™

FIT

ines249

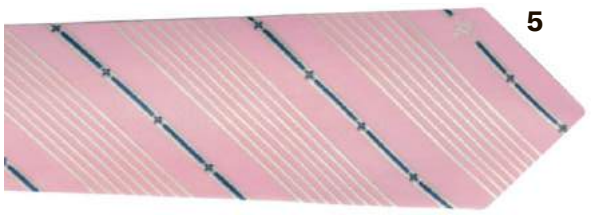
1

Gravata da nova coleção da Ferragamo

2

3

4



5

6

7

NÓ REFORÇADO

Poucas peças representam tão bem a moda masculina quanto a gravata. Associada a poder e sucesso, ela nunca desapareceu do dress code de escritórios e ocasiões formais. Entretanto, ganhou fôlego nos últimos tempos, acompanhada por propostas de styling que afastam o estigma de careta. Na Semana de Moda Masculina de julho, em Paris, por exemplo, esse movimento ficou evidente. Jonathan Anderson, o novo diretor criativo da Dior, apresentou modelos de seda combinados a calças jeans e jaquetas bomber. Para a temporada de primavera-verão 2026, em Milão, etiquetas como Ferragamo e Boss também deram destaque ao acessório. No caso da Boss, surgiram alternativas desamarradas ou usadas como lenço. No Brasil, em setembro, em um desfile de Ricardo Almeida, a peça brilhou solta ou amarrada em laços. Em meio a looks fluidos e tecidos leves, o estilista mostrou que não é mais preciso um costume ou um blazer para que ela seja incluída no visual. **(SOFIA HERMOSO)**

1. Gravata laço de lã fria preta, **Dois Maridos:** R$ 240. **2.** Gravata jacquard paisley marrom, **Ricardo Almeida:** R$ 1.019. **3.** Gravata com estrutura jacquard, **Boss:** R$ 560. **4.** Gravata de seda jacquard listrada, **Gucci:** R$ 1.336. **5.** Gravata fresh stripes, **Louis Vuitton:** R$ 1.950. **6.** Gravata de seda jacquard listrada, **Zara:** R$ 279. **7.** Gravata de seda em check azul-marinho, **Burberry:** R$ 1.460.

Fotos Dviulgação

ines249

O AVIADOR

A demanda do inventor brasileiro Alberto Santos Dumont por um relógio de pulso inspirou seu amigo e joalheiro francês Louis Cartier a criar, em 1904, o Santos de Cartier, que virou um ícone. O modelo de oito parafusos à mostra ao redor de uma caixa quadrada ganhou diversas versões ao longo das décadas, inclusive esta nova da foto, de titânio. A peça de 39 mm conta com coroa adornada por um espinélio sintético e vidro de safira.

Relógio Santos, da **Cartier**: R$ 81 mil

Foto Divulgação com ilustração de Liu Anno

ines249

Lapela peak

As lapelas do blazer no estilo peak, com pontas pronunciadas para cima, saem da mesmice sem extrapolar, assim como a camisa sem colarinho (aqui, do tipo quimono). Um enfeite no bolso do blazer, a exemplo de uma caneta ou de um lenço, aprimora o todo.

Look total **Dior** | Chapéu **Giorgio Armani**

ines249

Costume, terno, paletó, blazer. Seja qual for sua opção, a elegância está garantida. Listamos dicas para combinar peças e incrementar o visual

FOTOS **FRANCIS BARION**
STYLING **ARIEL CÂMARA BRETAS,** DE MILÃO

Oversized

Um visual de modelagem ampla — lembre-se de que um blazer oversized é diferente de um blazer fora da sua numeração — pode ser acompanhado por acessórios como óculos escuros, luvas e cinto. A gravata mais curta, com uma parte por cima do colarinho da camisa, revigora o styling.

Look total **Saint Laurent by Anthony Vaccarello**

ines249

Texturas

O preto total é sempre bem-vindo, assim como a aposta em camadas. A mistura de texturas, com blazer e camisa mais fluidos, uma calça de couro e um casacão de lã para arrematar, eleva o nível do seu look.

Look **Fendi** | Blazer
Brioni | Gravata
Giorgio Armani

Veludo

O conjunto marcado pela formalidade, reforçada pelo colete, ganha um toque fashion com o veludo, que está em alta nas passarelas. O tecido traz um ar criativo sem perder a sofisticação.

Look total **Emporio Armani**

ines249

Recortes

O blazer de couro com recortes de formas e tons diferentes — técnica bem presente no upcycling — cria um efeito bacana. Se quiser ousar, o peitoral nu por baixo da peça é tendência.

Blazer **Prada**

ines249

Slim

Um costume slim, ajustado ao corpo, alonga e imprime um aspecto moderno. Este modelo, combinado com gravata de seda, inclui desenho de flores e monogramas discretos na lã em jacquard.

Look total **Louis Vuitton** | Gravata **Brioni**

Cabelo **Erisson Musella (Blend Management)** com **Paul Mitchell** | Beleza **Greta Ceccotti (Blend Management)** com **Humanrace** | Coordenação de moda **Sofia Beretta** | Assistente de styling **Valerio Rizzari** | Assistentes de fotografia **Francesco Barella** e **Anna-Sofie Baas** | Modelo **Adeleye Segun (The Claw)** | Casting **Martina Amadori (Co,Ma)** | Produção **PPT4U Production** | Estúdio **Bar Studios**

ines249

DIRETO DE BELÉM

UM SÓ PLANETA

Acesse o Um Só Planeta e não perca nenhum conteúdo.

Leia aqui

O Brasil estará no centro das atenções em 2025. O país irá **sediar a COP30**, o principal evento da ONU sobre a crise climática.

Para você ficar por dentro dos preparativos e acompanhar iniciativas que contribuem para o desenvolvimento sustentável da região Norte, **criamos a coluna Direto de Belém**.

PATROCÍNIO APOIO PARCERIA REALIZAÇÃO

GERDAU O futuro se molda · Marfrig · brf · O MUNDO que queremos · ONU programa para o meio ambiente 50 1972-2022 · EDITORA GLOBO · EDIÇÕES | GLOBO CONDÉ NAST · SGR | 100 ANOS DE GLOBO

ines249

MOBILIÁRIO GRIFADO

Quando o assunto é design de interiores, há peças que transcenderam tendências e se tornaram ícones. Listamos móveis para sentar assinados por grandes arquitetos brasileiros: cadeiras, poltronas e bancos que fazem as vezes de obras de arte em sua casa. **(PAULA RODRIGUES TRINDADE)**

CADEIRA PAULISTANO
PAULO MENDES DA ROCHA (1957)

Nasceu para decorar o ginásio do Clube Paulistano. Sua estrutura traz barra de ferro moldada a frio com uma só solda. Integra o acervo do MoMA, de Nova York, e ganhou versões, como a concebida para ambientes externos, a de rodinhas e a que tem capa de malha de aço em vez de couro.

BARDI'S BOWL
LINA BO BARDI (1951)

Aqui, Lina priorizou a experiência humana. O assento se solta da estrutura de aço. Assim, pode ser encaixado em vários ângulos. Um modelo de couro aparece na Casa de Vidro, em São Paulo, mas também há opções de tecido.

POLTRONA MOLE
SERGIO RODRIGUES (1957)

Um dos móveis mais importantes do século XX. Conquistou o 4º Concurso Internacional do Móvel, na Itália, em 1961, por representar bem o espírito brasileiro: com formato acolhedor, madeira de jacarandá e desenho de informalidade elegante.

CADEIRA DE BALANÇO RIO
OSCAR NIEMEYER (1977)

O arquiteto tinha uma inquietação quando criou esta cadeira: os móveis da época não conversavam com suas ideias modernistas. Ele, então, apostou na palha e nas curvas proeminentes, inspiradas na paisagem do Rio.

BANCO ONDA
JORGE ZALSZUPIN (1959)

A mestria de Zalszupin em moldar a madeira em curvas sutis brilha nesta peça — com uma inspiração direta do mar, equilibrada por pés metálicos. Há ainda o detalhe do revisteiro em uma das pontas.

Fotos Getty Images

ines249

SEGURE ESSA BARRA

Os sabonetes em barra ganham formatos diversos, versões sofisticadas, fórmulas multifuncionais e opções para corpo, rosto e até cabelo. A lista de produtos inclui alternativas veganas e artesanais. **(ANA BEATRIZ GONÇALVES)**

Fotos Divulgação

1. Sabonete corporal Santal 33, **Le Labo**: R$ 385 (225g). **2.** Sabonete corporal Allure Homme, **Chanel**: R$ 410 (200g). **3.** Sabonete corporal Bossa, **Granado**: R$ 15 (120g). **4.**Sabonete corporal Karité Verbena, **L'Occitane en Provence**: R$ 59,90 (100g). **5.** Sabonete facial hidratante, **Drunk Elephant**: R$ 247 (113g). **6.** Sabonete vegetal para rosto e corpo Lama Negra, **Kur My Home SPA**: R$ 63 (100g). **7.** Sabonete corporal Lime Basil & Mandarin, **Jo Malone**: R$ 240 (100g). **8.** Sabonete corporal Villa Sole de pistache e caramelo salgado, **Nesti Dante**: R$ 56,59 (250g). **9.** Sabonete corporal esfoliante Picolé de Jabuticaba, **Feito Brasil**: R$ 69 (80g). **10.** Sabonete massageador Puro Vegetal Ekos Andiroba, **Natura**: R$ 29,90 (100g). **11.** Sabonete para corpo e cabelo Seleto Ocean 2 em 1, **Avatim**: R$ 44 (200g). **12.** Sabonete corporal Óleo de Oliva e Bergamota, **Korres**: R$ 24,90 (90g).

ines249

GWM

Desacelere. Seu bem maior é a vida.

IBAMA PROCONVE HOMOLOGADO

WEY 07

ELEGANCE FINDS A NEW WAY.

SISTEMA DE SOM HI-FI COM 16 ALTO-FALANTES

TETO SOLAR PANORÂMICO

AUTONOMIA DE 185 KM (WLTP)

FAÇA UM TEST DRIVE.

WWW.GWMMOTORS.COM.BR

Autonomia de até 185 km no modo elétrico segundo o ciclo WLTP e 128 km segundo o Inmetro.

ines249

vinte anos de dadinho

"O dadinho de tapioca é do mundo", atesta o chef Rodrigo Oliveira, do restaurante Mocotó, fundado em 1973 por seu pai, José. Ali, no endereço da Vila Medeiros, que foge do circuito gastronômico tradicional paulistano e originou duas filiais, foi criado há vinte anos o petisco frito de tapioca, leite e queijo coalho, acompanhado por molho de pimenta. A invenção encantou, passou a ser copiada por outros restaurantes, inclusive internacionais, e ganhou versões congeladas para preparar em casa. Para comemorar o aniversário, Oliveira convocou grandes chefs, a exemplo de Albert Adrià e Helena Rizzo, para darem um toque diferente aos cubinhos, com receitas que ficaram em cartaz durante um mês. "Nós nos divertimos muito. Deixamos possibilidades em aberto para criar mais novidades", adianta o cozinheiro. A porção clássica com seis unidades custa R$ 26,90. Vale explorar também as outras tantas opções do cardápio, com ênfase na comida sertaneja, como o carnudo torresmo, o baião de dois e a carne de sol na brasa, além das refrescantes caipirinhas. *@mocotorestaurante* **(CAROLINA GIOVANELLI)**

A porção do dadinho clássico e o chef Rodrigo Oliveira: o petisco se tornou internacional

Fotos: Ricardo D'Angelo (*prato*) e divulgação (*retrato*)

ines249

um bar de vinhos gastronômico

Dono do premiado italiano Nelita, em Pinheiros, São Paulo, o casal formado pela chef Tássia Magalhães e pelo sommelier Danyel Steinle só atravessou a rua de seu restaurante para inaugurar o Lita, bar de vinhos focado na comida. "Pensamos os rótulos para os pratos, e não o contrário", explica Steinle. No ambiente aconchegante de luz baixa, paredes verde-escuras, vitrais à moda antiga e 44 lugares — ideal para um encontro romântico —, é possível provar cerca de vinte opções em taça, que vivem mudando (no dia de nossa visita, elas custavam de R$ 34 a R$ 106), além de uma seleção de até 500 rótulos. Brilha ainda uma torneira de vermutes rosé ou tinto da Cia. dos Fermentados. Dos pratos para compartilhar, peça o delicado choux com fígado de galinha, pera e limão-siciliano (R$ 36, por duas unidades), a salada de tomates (R$ 42), simples mas bem saborosa, e os untuosos aspargos com beurre blanc e bottarga (R$ 65). Das massas, o paccheri alla scarpariello (R$ 72) deve alegrar a sua noite. *@wine.lita* **(CG)**

Fotos Carolina Giovanelli (*ambiente*) e Samuel Hideki (*retrato*)

A entrada do novo bar em Pinheiros, intimista e romântico; acima, o sommelier Danyel Steinle

ines249

A BUSCA PELA VELOCIDADE

Com a chegada do GP de São Paulo, conheça histórias de fanáticos que rodam mais de vinte países para assistir a todas as corridas de uma temporada de F1

TEXTO **RAFAELA BERTOLINI**

Muitos fãs de F1 adorariam assistir *in loco* a todas as corridas de uma temporada, circuito que envolve mais de vinte países. Michelle, 59, e David Harrison, 60, da Nova Zelândia, realizaram esse sonho. "Começou como uma piada. Imaginávamos que só faríamos isso se ganhássemos na loteria. Porém, David sugeriu hipotecar a casa. Liguei para o banco para mostrar que ele estava maluco, mas nos surpreendemos com a aprovação do empréstimo", diz Michelle.

A administradora de empresas e o professor conseguiram tirar um ano sabático do trabalho. Iniciaram a jornada em março de 2023, no GP do Bahrein, e voltaram para casa só em dezembro, após o GP de Abu Dhabi. "Dormimos em hotéis baratos, hostels e acampamentos", lembra ela. Optaram ainda por ingressos em setores com valor mais em conta.

Fizeram amigos, andaram em simuladores, visitaram a fábrica da Aston Martin na Inglaterra e conseguiram até conhecer um paddock. O GP de São Paulo ficou na memória como um dos mais

Max Verstappen, no Autódromo de Interlagos, no ano passado, de onde saiu campeão

Foto Getty Images/Peter Fox

ines249

Fotos Acervo pessoal

1. Foto tirada pelo inglês Brandon Burgess no GP de Miami. 2 e 6. O casal neozelandês Michelle e David Harrison. 3 e 5. Burgess. 4 e 7. O australiano Anthony Riley.

legais da rota. Próximo do fim da temporada, o casal tinha orçamento sobrando e decidiu pagar cerca de R$ 7 mil para curtir o Orange Tree Club, um espaço na Curva do Laranjinha de Interlagos, com open bar e bufê. Antes, eles andaram de trem e adoraram passar de estação em estação coletando torcedores rumo ao autódromo. "A corrida começa na hora em que você sai de casa. A energia contagia", diz Michelle.

Histórias como a da dupla se repetem. O australiano Anthony Riley, por exemplo, cumpriu a turnê em 2024 e compartilhou todo o roteiro em suas redes sociais. Já o inglês Brandon Burgess, 29, aposta na aventura neste ano. Fã do esporte desde criança, o britânico separou 20 mil libras (cerca de R$ 145 mil) de suas economias. Ele deixa Londres no início do fim de semana, voa até o país da prova e retorna assim que ela acaba. "Gostaria de passar mais tempo nos destinos, mas não posso deixar o trabalho de lado", afirma ele, que atua na área de tecnologia.

Para se manter dentro do orçamento, o jovem passa horas procurando acomodações, voos e ingressos baratos on-line. Nessas andanças, foi convidado pela Aston Martin para conhecer o paddock e a garagem da equipe em Jeddah, na Arábia Saudita. Conseguiu ainda encontrar figuras famosas desse universo, como seu ídolo Charles Leclerc.

"Gosto de compartilhar as dicas sobre cada GP e mostrar a verdadeira experiência de fã", declara. Quando falou com a GQ, ele se preparava para vir a São Paulo, em novembro. "A etapa brasileira sempre foi uma das minhas favoritas de assistir na TV. É quase garantia de uma corrida legal e de ação na pista, com clima imprevisível." GQ

"Começou como uma piada. Imaginávamos que só faríamos isso se ganhássemos na loteria."

MICHELLE HARRISON, QUE REALIZOU O TOUR EM 2023

ines249

E O VENTO

A procura por práticas aquáticas como o kitesurf está em crescimento no Brasil. Segundo a Secretaria de Turismo do Ceará, o segmento esportivo teve um incremento de 17,6% em 2025 em relação ao ano anterior, e o número de visitantes saltou de 297 mil em 2024 para 350 mil até agosto deste ano no estado. O Ceará possui 33 pontos com infraestrutura ideal para o kite ao longo da orla — com destaque para a Praia do Preá — e se tornou um destino popular entre os entusiastas.

Na modalidade que combina surfe, wakeboard e windsurf, o atleta fica sobre uma prancha impulsionada por uma pipa, enquanto o vento guia seus saltos e trajetos na água. O Brasil conta com o atual campeão mundial da categoria, Gabriel Benetton, 21. Além dele, outro talento desponta: Pedro Matos, 27. Número 2 no pódio global até o fechamento desta reportagem (Benetton aparece em 3º), ele foi o primeiro brasileiro a conquistar a tradicional etapa de

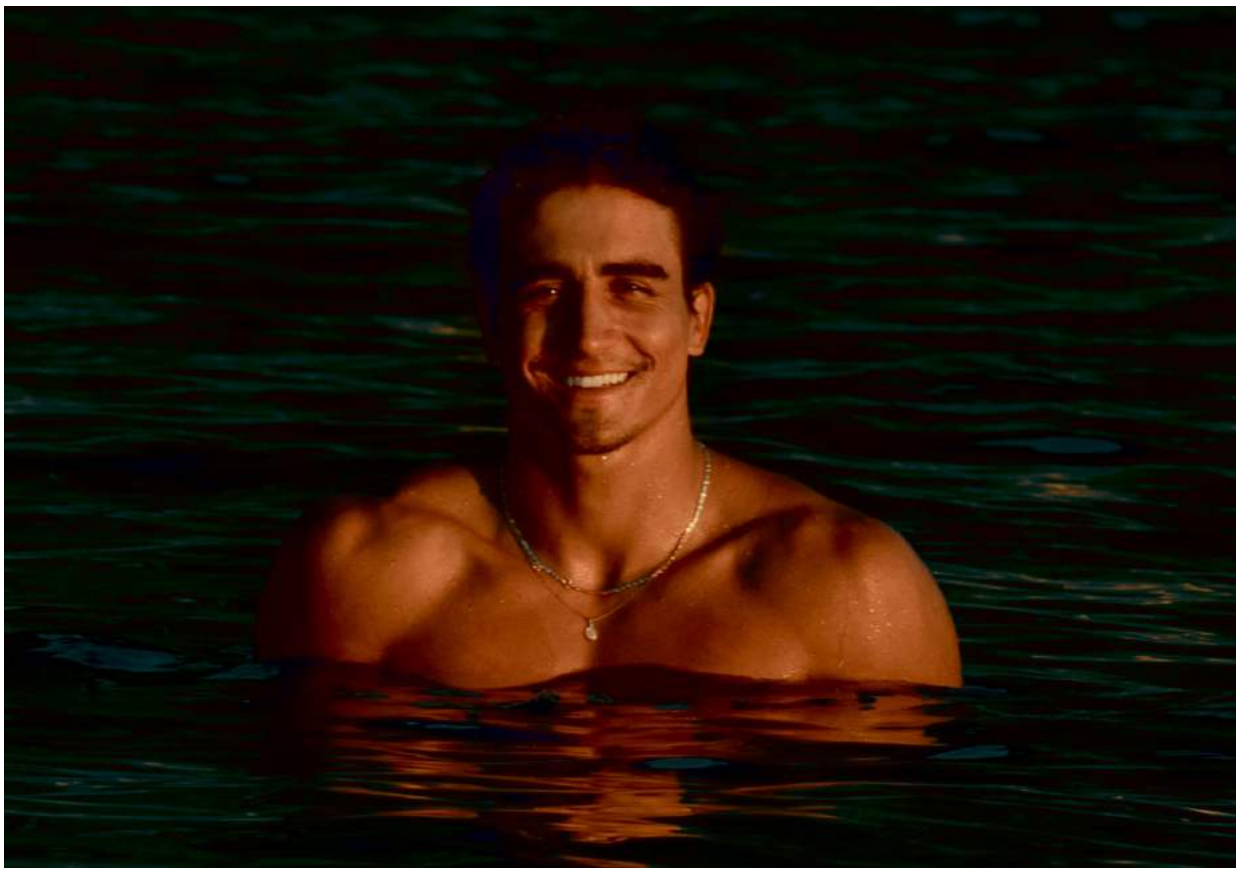
Fotos Arquivo pessoal

ines249

LEVOU

Atual número 2 do ranking global, o carioca Pedro Matos desponta no kitesurf, esporte em alta no país, e busca outro título mundial

TEXTO **BÁRBARA MOURA**



Cabo Verde da GKA Kite-Surf World Cup. E segue na cola do líder do ranking, o italiano Airton Cozzolino.

Nascido e criado no Rio de Janeiro, Matos começou a surfar com apenas 3 anos de idade. Aos 12, descobriu a paixão pelo kite. "Queria passar o maior tempo possível no mar. Só que, quando ventava muito, não conseguia surfar. Vi uma galera praticando kite e falei para o meu pai: 'Preciso aprender esse esporte'", lembra.

Seu pai, também Pedro Matos, sagrou-se campeão mundial de voo livre, e a irmã Kyra Gracie é pentacampeã mundial de jiu-jítsu. Pedrinho chegou a praticar a luta e a jogar tênis na infância, mas o coração sempre bateu mais forte pela adrenalina do mar. "Não conseguia me ver em uma quadra pelo resto da vida. Gosto da liberdade de estar na natureza", diz.

Aos 16 anos, participou, pela primeira vez, do campeonato brasileiro, na Barra da Tijuca. Desde então, não parou. Virou campeão sul-americano (2015), conquistou títulos como o primeiro mundial, na China (2016), e se tornou campeão brasileiro em 2022. Nas últimas três temporadas, terminou em terceiro lugar no mundial.

Pedro treina de segunda a segunda, dividindo-se entre a Barra, no Rio, e Preá, no Ceará. Pela manhã, aposta num treino funcional. "É algo muito focado no que faço dentro d'água, trabalhando força, explosão e agilidade", descreve. Na sequência, costuma surfar. Após o almoço, quando começa a ventar mais, chega o momento de velejar de fato. No fim da tarde, fecha a jornada com uma série de alongamentos pensando na mobilidade, para evitar lesões.

O atleta de 27 anos e, na página ao lado, em treino nas águas de Cabo Frio, no Rio de Janeiro

Além disso, o tipo de treinamento varia para cada etapa da competição e de acordo com a situação climática. "Costumo realizar a preparação física no Rio e viajo uns quinze a trinta dias antes para ficar treinando e me adaptando à condição do destino", conta.

Para o atleta, entretanto, a chave para uma boa performance nas águas está na saúde mental. "Sinto que, em muitas das derrotas que tive, pesou mais a parte mental do que a física. Com terapia, comecei a entrar em tópicos familiares e pessoais. Isso me ajudou muito e me tornou uma pessoa melhor", relata. No tempo livre, o jovem gosta de seguir na natureza, pescando e praticando esportes por hobby, e até mesmo compondo músicas no violão. Porém, o objetivo continua um só: "Meu maior sonho é virar campeão mundial de novo. É isso que estou buscando neste ano". GQ

> "Queria passar o maior tempo possível no mar. Só que, quando ventava muito, não conseguia surfar. Foi aí que vi uma galera praticando kite."
>
> **PEDRO MATOS, SOBRE O INÍCIO NO KITESURF**

PROMO GQ

RUMO À NEVE

O Brasil entra na disputa por uma medalha nos Jogos Olímpicos de Inverno com o esquiador Lucas Pinheiro Braathen, novo integrante do time de esportistas da **Visa**

POR MARIANA RODRIGUES

ines249

No topo de uma montanha coberta de neve, atletas de esqui alpino se preparam para mais uma competição em um dia de temperaturas negativas. Enquanto o esqui abrange todas as maneiras de deslizar sobre a neve com um par de lâminas que lhe dá nome, a modalidade alpina se refere à descida de encostas de montanha em pistas preparadas e envolve o uso de botas para prender o calcanhar ao esqui, o que garante mais controle quando o atleta está em alta velocidade. Na paisagem branca, bandeiras de diversos países do Hemisfério Norte, conhecidos pelos desempenhos em esportes que dependem desse clima, dominam o placar, mas a rara aparição de um círculo azul inserido em um losango amarelo, dentro ainda de um retângulo verde, chama a atenção. Ao lado da figura, um nome que carrega a combinação perfeita da determinação brasileira com a tradição norueguesa na modalidade: Lucas Pinheiro Braathen. Aos 25 anos, o esquiador, que é o novo integrante do *squad* da Visa, é a aposta nacional para conquistar uma medalha nos Jogos Olímpicos de Inverno Milano Cortina 2026.

Nascido na Noruega, Lucas pode até estar acostumado com o frio da Escandinávia, mas conta que nem isso facilitou a sua introdução ao esporte: “Meu pai tentou me ensinar a esquiar quando eu era criança, mas eu não gostava. Não era feito para o frio nem para as montanhas nevadas. Naquela época, minha paixão era o futebol.” Ele mudou de opinião aos 9 anos, quando retornou às montanhas acompanhado do pai e foi colocado em contato com um grupo de jovens esquiadores de diferentes lugares do mundo. “Foi a primeira vez que senti que realmente pertencia a algum lugar. Esse sentimento me mostrou que o esporte pode ser mais do que uma disputa: é uma forma de conexão e inspiração”, conta à GQ.

A nova campanha da Visa, estrelada por Lucas, foi fotografada em Ushuaia, na Argentina

Fotos: divulgação

Desde então, o esqui alpino nunca deixou de fazer parte da sua vida. “A competição é simplesmente uma consequência do meu propósito: ela permite me expressar e inspirar outras pessoas”, afirma. No passaporte, Lucas coleciona carimbos de lugares que conheceu em campeonatos. Nova Zelândia, Ushuaia, na Argentina, Colorado e Utah, nos Estados Unidos, e os Alpes, na Europa, são alguns de seus favoritos. Agora, o atleta se prepara para um novo destino: o norte da Itália.

Se até 2023 Lucas representava a Noruega, em 2024 ele fez uma escolha que mudou seu rumo no esqui alpino e passou a vestir a camisa do Brasil nas competições. “Foi uma forma de ser fiel a quem sou e ao meu propósito. Quando criança, sofri com as minhas diferenças e trabalhei muito para transformá-las em superpoderes. Representar o Brasil também foi a minha maneira de quebrar regras e abrir novas possibilidades”, diz.

Para ele, ser um dos únicos brasileiros na disputa por uma medalha é sinônimo

ines249

de orgulho e gratidão. “Tenho a oportunidade de transcender o esporte e inspirar pessoas ao redor do mundo. Essa trajetória é a melhor prova de que a inspiração se mostra no que você faz, e não apenas no que você fala”, conta.

Quanto às expectativas para os Jogos Olímpicos, Lucas se sente dividido: “Claro que existe pressão ao representar milhões de pessoas, mas também é um privilégio imenso. Meu foco é permanecer presente e conectado comigo para dar a minha melhor versão.”

A relação com a Associação Brasileira de Esqui não é a única novidade na sua carreira. Este ano, ele foi anunciado como parte do *Team* Visa, o programa global de apoio a atletas olímpicos e paralímpicos do cartão. “Era um sonho, porque sempre admirei o compromisso da Visa com a diversidade e a inclusão. Poder me associar a uma marca global que oferece uma plataforma para falar sobre o que mais me importa é algo que me enche de orgulho. É mais do que patrocínio, é uma oportunidade de compartilhar uma mensagem”, se orgulha.

Para anunciar a parceria, Lucas gravou um filme promocional nas paisagens deslumbrantes em Ushuaia. “Lembro claramente de ver o nascer do sol no topo de uma montanha no fim do mundo, mostrando o lugar onde me sinto mais livre”, recorda. “A neve é a minha tela. O esporte, em sua forma mais pura, é arte, e, assim como um artista, me permito explorar suas curiosidades e deixar a intuição me guiar.”

CHAMADA PARA O EMBARQUE

Sob o conceito “A neve guarda um mundo de descobertas”, a campanha mostra como esse cenário faz parte da rotina do atleta, desde a preparação para as competições até a curtição dos *après-skis*, convidando o público a explorar esses destinos com o Visa Infinite. Com o cartão, é possível ter acesso a mais de 1.300 salas VIP em todo o mundo. Já o Visa Infinite Fast Pass oferece um embarque ágil e prático nos principais aeroportos de São Paulo e Rio de Janeiro.

Para quem quiser acompanhar de perto o desempenho de Lucas nos Jogos Olímpicos de Inverno, a empresa irá sortear dois pacotes de viagem com direito a um acompanhante para Milão e Cortina d’Ampezzo. Cada compra realizada com Visa Infinite entre 1º de outubro e 6 de dezembro dá direito a um número da sorte. Além dos ingressos, os vencedores poderão desfrutar de uma jornada com vivências gastronômicas e passeios imersivos na neve. O atleta dá a dica: “Esses destinos são tão belos que quase não podem ser descritos em palavras – é preciso vê-los de perto. Meu conselho é aproveitar cada detalhe da cultura local e se deixar levar pela experiência das montanhas. Viajar, explorar e viver novas experiências nos transforma e realmente inspira.”

“O ESPORTE, EM SUA FORMA MAIS PURA, É ARTE, E, ASSIM COMO UM ARTISTA, ME PERMITO EXPLORAR SUAS CURIOSIDADES E DEIXAR A INTUIÇÃO ME GUIAR.”

ines249

viagem de alta-costura

Experiências exclusivas e personalizadas, bem-estar e cultura impulsionam a nova era do turismo de luxo, um mercado em pleno crescimento que deve movimentar R$ 130 bilhões até 2030 no mundo

TEXTO **SOFIA HERMOSO**

Navio da Aurora Expeditions, que trabalha com a agência Latitudes, no Ártico

ines249

Uma volta ao mundo a bordo de um jatinho privado. Uma visita ao interior do Japão para forjar sua própria faca. Partidas de tênis em quadras de Grand Slam. Uma viagem ao Ártico com a presença da Monja Coen para refletir sobre o tempo. Essas experiências ultraexclusivas integram o portfólio de agências de turismo de luxo, um mercado em plena expansão no Brasil e no mundo, segundo relatório do International Luxury Travel Market (ILTM) Latin America, desenvolvido em parceria com a Panrotas.

O setor movimentou cerca de R$ 80 bilhões em 2023, com projeção de atingir R$ 130 bilhões até 2030. O cenário promissor também é destacado no anuário de 2024 da Brazilian Luxury Travel Association (BLTA), que mostra um aumento real de quase 10% no faturamento dos hotéis associados.

As operadoras desse nicho rejeitam os tradicionais pacotes e concentram seus esforços em roteiros feitos sob medida, com valores à altura da experiência personalizada. "Oferecemos as 'private expeditions', com tudo incluso. Cuidamos da imigração, das malas, da hospedagem. Eliminamos os perrengues", garante Alexandre Cymbalista, CEO da Latitudes, uma das maiores agências de turismo de luxo nacionais.

Essas viagens costumam envolver navios, aviões e outros transportes, como a excursão em um trem privativo que cruza dez países europeus e a volta ao mundo com parada em oito destinos a bordo de um Boeing 757-200. Para esta última jornada, de 26 dias, devem-se desembolsar US$ 165 mil (cerca de R$ 917 mil). A Latitudes também traz convidados ilustres para enriquecer os roteiros, como no tour pelo Ártico com a Monja Coen. Outras figuras que participaram: o filósofo Luiz Felipe Pondé, a psicanalista Maria Homem e o físico Marcelo Gleiser.

O nível de detalhes possível de soli-

> "Oferecemos as 'private expeditions', com tudo incluso. Cuidamos da imigração, das malas, da hospedagem. Eliminamos os perrengues."
>
> **ALEXANDRE CYMBALISTA, CEO DA AGÊNCIA LATITUDES**

Fotos Divulgação

Quadra do Aberto de Roma: um turista pediu para jogar no mesmo espaço de grandes tenistas. Acima, Expresso do Oriente, da Belmond: dá para cruzar o globo a bordo de jatos e trens sofisticados

ines249

citar se compara ao de um ateliê de alta-costura. Para luas de mel, pedidos de casamento, passeios em família... Porém, o céu não é o limite. "Às vezes, você tem todo o dinheiro do mundo, mas não acesso. Há coisas que o dinheiro não compra", diz Melissa Fernandes, diretora de atendimento da Teresa Perez, agência com 35 anos no ramo. Entre as requisições mais inusitadas que recebeu — e não conseguiu atender — aparece um cliente que quis visitar Nova York para conhecer o atual presidente dos EUA, Donald Trump.

EM FAMÍLIA

Um padrão que tem se repetido desde o fim da pandemia são as chamadas viagens transgeracionais. "Famílias grandes estão viajando juntas. O avô chama os filhos, os netos e arca com os custos. São pessoas bem-sucedidas, com tempo disponível", diz Melissa.

Gabriela Figueiredo, CEO da agência Matueté, confirma a tendência. "Nesta temporada, atendemos várias famílias numerosas. Há desde aquelas que fazem toda a programação em conjunto até casos em que cada núcleo segue um roteiro. Os parentes se encontram por uma semana em algum destino e, depois, cada um continua seu passeio", afirma.

Busca-se o exclusivo do exclusivo. Não se trata apenas de fazer um safári, mas vivenciar tudo com privacidade, com piqueniques sofisticados e drinques ao pôr do sol. Ruanda, por exemplo, está em alta e oferece um trekking com gorilas que pode custar US$ 1.500 (cerca de R$ 8.000) por pessoa. Também há pedidos para a locação de embarcações privadas. "Temos um cliente que pretende levar sessenta convidados para comemorar seus 50 anos. Ele quer alugar um barco de alto padrão, na Europa ou no Caribe, e bancará a hospedagem do grupo", conta Melissa.

VIAGENS COM SIGNIFICADO

Uma das demandas de quem busca essas experiências sofisticadas é que elas tenham significado, como cuidar do corpo, do espírito e da mente em clínicas de bem-estar, templos religiosos ou paisagens contemplativas — tudo no embalo do avanço do mercado de wellness. Há ainda uma exigência crescente por vivências que ampliem o repertório cultural e artístico, especialmente entre mulheres. "Os homens,

Fotos Divulgação

ines249

em geral, preferem viagens mais curtas, para destinos conhecidos, onde sentem que têm certo domínio sobre o que vão encontrar", analisa Cymbalista, da Latitudes.

Existe a possibilidade de se hospedar em residências que pertenceram a grandes nomes das artes, como a do poeta, cineasta e dramaturgo francês Jean Cocteau (1889-1963). "A casa fica em uma vila na Riviera Francesa. Conseguimos alugá-la porque possuímos um canal específico para isso", conta Gabriela, da Matueté.

Outro desejo em alta são as viagens de esporte, em que o atrativo são práticas como esquiar, pular de bungee jump ou assistir de perto aos Grand Slams, como em Roland Garros e Wimbledon. "Um cliente quis jogar em uma quadra do Aberto de Roma, superespecial, cheia de esculturas. Fomos atrás e conseguimos. O aluguel para um 'day use' custava 24 mil euros (*cerca de R$ 156 mil*)", conta Gabriela.

JAPÃO EM FOCO

Quando o assunto são destinos em ascensão, o Japão brilha entre os favoritos. No primeiro trimestre de 2025, o país ultrapassou a marca de 10 milhões de visitantes, de acordo com dados da Organização Nacional de Turismo do Japão (JNTO), o que foi impulsionado pela desvalorização do iene.

O chef Tadashi Shiraishi, do Kanoe, montou uma consultoria de viagens para lá após inaugurar seu restaurante em São Paulo, em 2022. Filho de japoneses, ele morou por um tempo no país e resolveu disseminar a cultura aprendida com a família. "No Kanoe, as pessoas se sentavam no balcão e falavam: 'Meu sonho é conhecer o Japão, mas não sei por onde começar', ou 'Já fui e gostaria de voltar e viver algo mais profundo'", conta Shiraishi. Assim nasceu o My Japan by Omotebako, que sugere passeios, restaurantes, cafés e bares locais a partir da demanda dos clientes.

A consultoria oferece três tipos de serviço: o primeiro é cobrado por hora, voltado a viajantes mais experientes que têm dúvidas pontuais. O segundo envolve a criação de um itinerário personalizado de acordo com o orçamento disponível. O terceiro, e mais exclusivo, são as excursões nas quais o próprio chef acompanha os turistas.

Nesses roteiros gastronômicos e diversificados, o negócio viabiliza experiências como cerimônias tradicionais do chá, com direito ao uso de quimonos. Um dos pedidos mais curiosos foi o de um cliente que desejava forjar sua própria faca no interior do Japão. "Toda viagem conta com um roteiro único", afirma Shiraishi. GQ

Hotel Singita, em Ruanda, onde é possível se aventurar em trekkings com gorilas; na página ao lado, a loja Tojiro Knife Gallery, no Japão: pacotes permitem até forjar a própria faca

ines249

AILTON

TEXTO **MARCOS CANDIDO**

FOTOS **GLEESON PAULINO**

STYLING **SAM TAVARES**

KRENAK

O imortal de língua afiada testemunhou barbáries contra seu povo e seu rio sagrado, virou ativista da causa indígena e assinou best-sellers com estratégias para repensar a humanidade; porém, não quer saber da COP30 e chama o termo sustentabilidade de “mito corporativo”

← Look total **Maurício Duarte** | Faixa de cabeça acervo pessoal

ines249

Ailton Krenak, 72, imortal da Academia Brasileira de Letras, é convidado diariamente para falar sobre o fim da humanidade. Há seis anos, com o sucesso do best-seller "Ideias para Adiar o Fim do Mundo", precisou contratar uma assistente para ajudá-lo com a demanda apocalíptica. Todos querem ouvi-lo o tempo todo sobre tudo. Mesmo que ele não traga boas notícias. No começo de outubro, a vez de escutá-lo foi da ministra do Meio Ambiente, Marina Silva. Um dos assuntos inevitáveis: a COP30, evento da ONU promovido pela primeira vez em Belém, no Pará, que reunirá em novembro representantes de mais de 130 países para discutir o meio ambiente.

O posicionamento crítico de Ailton em relação ao encontro já havia gerado antipatia em Brasília, em especial no Ministério dos Povos Indígenas. Ele se mostra cético quando o assunto são engravatados unidos para planejar maneiras de salvar o planeta. Por isso não se envolveu na organização — e nem gostaria. Em sua visão, o termo "sustentabilidade" é um "mito corporativo". Em meio aos apertos de mão, ele diz, serve-se "uma xícara de café puro com petróleo pela manhã".

Em maio, o líder de língua afiada também criticou o projeto federal de exploração de petróleo na Bacia da Foz do Amazonas para estudiosos de um dos principais institutos científicos da França, o Collège de France. Há mais de quatro décadas, ele entende que as negociações seguem mais lentas do que as próprias ações concretas para resgatar a humanidade.

Uma semana após o encontro no Rio de Janeiro com Marina, Ailton desembarcou de um táxi na Avenida Paulista, subiu um pequeno lance de escadas do Itaú Cultural e encontrou um auditório de 242 assentos lotado, com ingressos esgotados havia uma semana. Via-se seu nome em todos os lugares. Na fachada do edifício, em panfletos, em televisores e na assinatura de quadros e fotografias cedidas por ele para uma exposição sobre sua carreira em cartaz por lá.

A agenda envolvia mais uma palestra que renderia perguntas sobre a COP. Ailton relembrou, então, uma conversa com um líder indígena curioso sobre a reunião. "Ele me perguntou se os brancos eram muitos. Eu disse que sim. Eram mais do que as estrelas do céu, do que a areia do litoral, do que as árvores da floresta. Ele ficou estatelado ao constatar que os brancos eram impossíveis de ser contados. Também quis saber o que comiam. Respondi que comiam tudo: terra, floresta, pedras. Tudo. Ele me perguntou sobre a COP30 e o que eles faziam depois de comer. Respondi: depois, eles cagam no mundo", atestou.

Ailton nasceu em uma aldeia no córrego do Itabirinha, no município mineiro de Itabirinha de Mantena, na região do Vale do Rio Doce. O povo krenak tem um nome sagrado para o rio, uma extensão de 853 quilômetros entre Minas Gerais e Espírito Santo: Watu. As águas são consideradas um avô ancestral, capaz de transmitir sonhos, curar, matar a sede e alimentar. Elas também recebem pedidos e lamentações, guardam lembranças e desejos dos vivos e dos mortos e os carregam por afluentes até despejá-los no Oceano Atlântico.

O Watu protege as memórias de Ailton. Como a infância de aventura com os nove irmãos e mais de trinta primos. Todos eles desconheciam calçados, o que não os impedia de montar sem rédeas na égua chamada Natureza, caminhar por entre as casas dos parentes e as vacas recém-ordenhadas, buscar camas para cochilar e caçar quintais com sabugos para transformar em bonecos. Os garotos pescavam peixinhos para o lanche e os mais exibidos faziam questão de engoli-los ainda vivos.

O pai de Ailton, seu Neném, era um ferreiro chamado por fazendeiros para recauchutar ferraduras, forjar machados e facões e consertar carroças. A mãe, Nesita, pertencia a uma família contratada para guiar alemães pela floresta, onde os colonos instalavam serralherias e botavam abaixo os fragmentos da Mata Atlântica dos mares de morros. Em uma das viagens de Nesita, Neném a conheceu, os dois se casaram e à beira do Itabirinha nasceu Ailton Alves Lacerda Krenak. "Não sou um peixe, mas nasci em um córrego", conta à GQ Brasil.

Àquela altura, os krenak resistiam à extinção desde o Império. Em 1808, a coroa portuguesa decretou a caça aos "botocudos", termo usado para tachar seus ancestrais devido ao uso de alargadores na boca e nas orelhas. Os indígenas eram mortos e açoitados sem remorso — os assassinos, inclusive, recebiam condecoração pela matança.

Os bisavós de Neném e Nesita pertenceram a uma das aldeias devastadas no passado e perambularam pelo mapa. "Minha família foi enxotada, escorraçada de um lugar onde nossos antepassados viveram folgadamente até o século XIX. No longo exílio dentro do nosso país, ficamos confinados nessa faixa de fronteira entre Minas e Espírito Santo. Éramos hostilizados por mineiros e capixabas", conta Ailton.

Aos 13 anos, ele sentiu pela primeira vez o cheiro desagradável de diesel. Desenvolvida entre as décadas de 1940 e 1950, a rota por onde passava o Rio Doce foi rebatizada: Vale do Aço. "Como você pode ver um lugar com tantas árvores frondosas na beira de um rio chamado 'doce' ter o nome mudado para 'aço'?", questiona. Pelo circuito da mineração, a violência chegou ainda mais intensa pela boleia dos caminhões e pela linha férrea, que traziam outros estranhos que cheiravam a combustível.

As expulsões se multiplicaram. Uma aldeia passava para

ines249

Blazer **Alexandre Won** | Calça **Misci** | Faixa **Maurício Duarte** | Pulseira acervo pessoal

“Eu me sentia enfurecido. Não era muito diferente do que um menino palestino sente. Você olha em volta e fica pensando: ‘Quem é que eu vou matar primeiro?’”

AILTON KRENAK, SOBRE O DESPERTAR POLÍTICO NA ADOLESCÊNCIA

ines249

Look total **Maurício Duarte** | Faixa de cabeça acervo pessoal

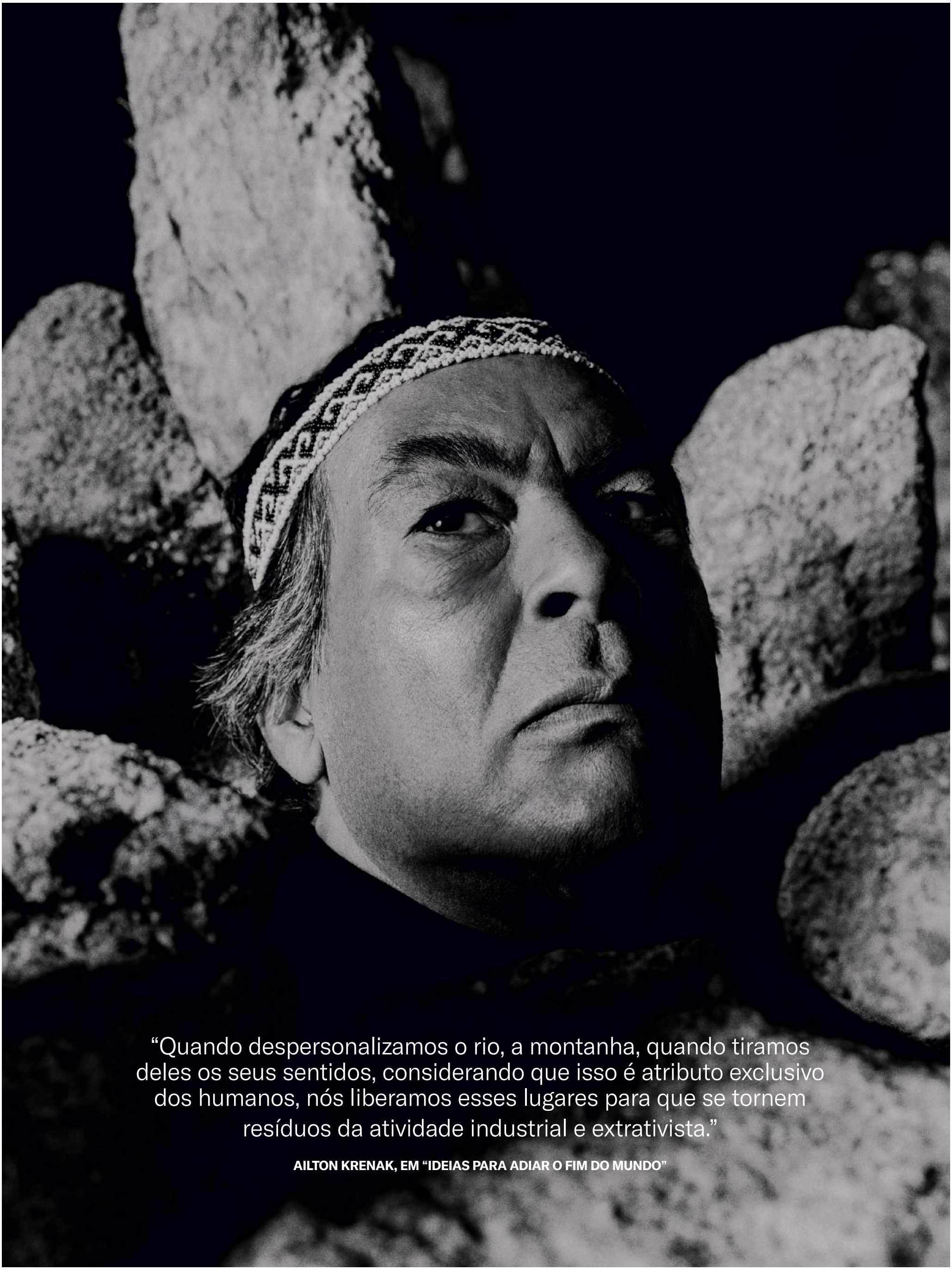
CAPA

Camisa
Alexandre Won |
Calça **Misci** |
Acessórios
acervo pessoal

→
Gola alta
Intimissimi
Uomo | Faixa
acervo pessoal

Cadeira paulistano Xingu por Paulo Mendes da Rocha e Caiti Kamayura

ines249



“Quando despersonalizamos o rio, a montanha, quando tiramos deles os seus sentidos, considerando que isso é atributo exclusivo dos humanos, nós liberamos esses lugares para que se tornem resíduos da atividade industrial e extrativista.”

AILTON KRENAK, EM “IDEIAS PARA ADIAR O FIM DO MUNDO”

ines249

“Minha família foi enxotada, escorraçada de um lugar onde nossos antepassados viveram folgadamente até o século XIX.”

o nome de um branco do dia para a noite, e os krenak se viram forçados a viver em assentamentos. Os que resistiam acabavam sendo aprisionados pela ditadura militar no chamado Reformatório Krenak, em Resplendor, Minas Gerais. Ali, a partir de 1969, a língua krenak foi proibida, e indígenas de diferentes povos faziam trabalhos forçados e eram torturados e treinados para torturar uns aos outros por benefícios jamais concedidos pelo regime.

Nos anos 70, o Reformatório foi fechado e os indígenas, transferidos para outro presídio, a Fazenda Guarani, no município mineiro de Carmésia. “Foi uma resposta à resistência do meu povo”, explica Ailton.

A Justiça só obrigou o Estado brasileiro, a Funai e o governo mineiro a reconhecer a tortura e pedir desculpas em 2021, após anos de apelos à Comissão Nacional da Verdade, grupo organizado para investigar os crimes do período. O pedido de perdão não aconteceu até hoje. Em abril, a Justiça condenou a União por crimes coletivos contra a vida e a história dos krenak, embora o estrago já houvesse sido catastrófico.

Para fugir da perseguição, a família de Ailton, expulsa três vezes da aldeia onde vivia, migrou para o Paraná. O jovem resolveu ficar em São Paulo. Aos 15 anos, conectou-se com os parentes tupis, então asfixiados na periferia da capital. Ali começou a formação política e a crítica sobre os expurgos de seus antepassados. “Eu me sentia enfurecido. Não era muito diferente do que um menino palestino sente. Você olha em volta e fica pensando: ‘Quem é que eu vou matar primeiro?’”, desabafa. “Se houvesse contingente para uma guerrilha, eu teria feito parte.”

Na metrópole, ele se aliou ao movimento estudantil da PUC, de onde digitava em uma máquina de escrever um jornal enviado a mais de 300 aldeias no país. De cabelos longos e bigodes escuros, concedia as primeiras entrevistas como uma das novas lideranças do movimento indígena no Brasil. A imagem dele, entretanto, não chegava apenas aos caiapós na Amazônia ou aos guaranis do litoral norte paulista. Suas reuniões e correspondências eram vigiadas e interceptadas pela ditadura militar pelo menos desde o início dos anos 80, segundo arquivos do regime aos quais a GQ Brasil teve acesso. A própria Funai, chamada à época de Fundação Nacional do Índio, fazia o trabalho sujo.

Por telegramas confidenciais, as mensagens de Ailton eram repassadas ao Serviço Nacional de Investigações, o SNI, gabinete federal de espionagem que arrastou centenas à tortura. Servidores eram forçados a delatar colegas, estudiosos e simpatizantes à causa em busca de suspeitos de “infiltração comunista”, “religiosa” e de “agitação internacional” entre indígenas.

Naquela década, uma simples troca de cartas entre Ailton e uma antropóloga foi suficiente para mobilizar agentes até Resplendor, onde tentaram arrancar informações sobre o ativista. Porém, ele não vivia mais às margens do seu avô Watu, mas entre as marginais do Rio Pinheiros.

Em São Paulo, na década de 1980, aos 27 anos, criou um projeto grandioso: a União das Nações Indígenas, um grupo formado por povos das grandes cidades, outros no meio de conflitos rurais e até mesmo os ianomâmis, de Roraima, então recém-contatados pelos brancos e vítimas de doenças, fome e envenenamento, resultado do apetite voraz pelos minerais preciosos.

O movimento sabia que a ditadura andava mal das pernas. A pressão para conceder anistia a presos e exilados políticos vinha de todos os lados, junto à reivindicação para a primeira eleição presidencial após mais de vinte anos de repressão. Com a leve abertura, os indígenas já haviam conseguido um feito inédito: tornar Mário Juruna o primeiro deputado federal indígena do Brasil.

Nascido em Mato Grosso e eleito pelo Rio de Janeiro com mais de 30 mil votos em 1982, Mário era destemido. Para seus adversários, um desbocado. Sua principal marca: um gravador usado para cobrar promessas feitas por políticos nos bastidores. “Não se pode confiar na promessa do homem branco”, dizia. Na tribuna, chamava os ditadores de “corruptos" e "pessoas de mau caráter” e defendia uma total transformação da Funai.

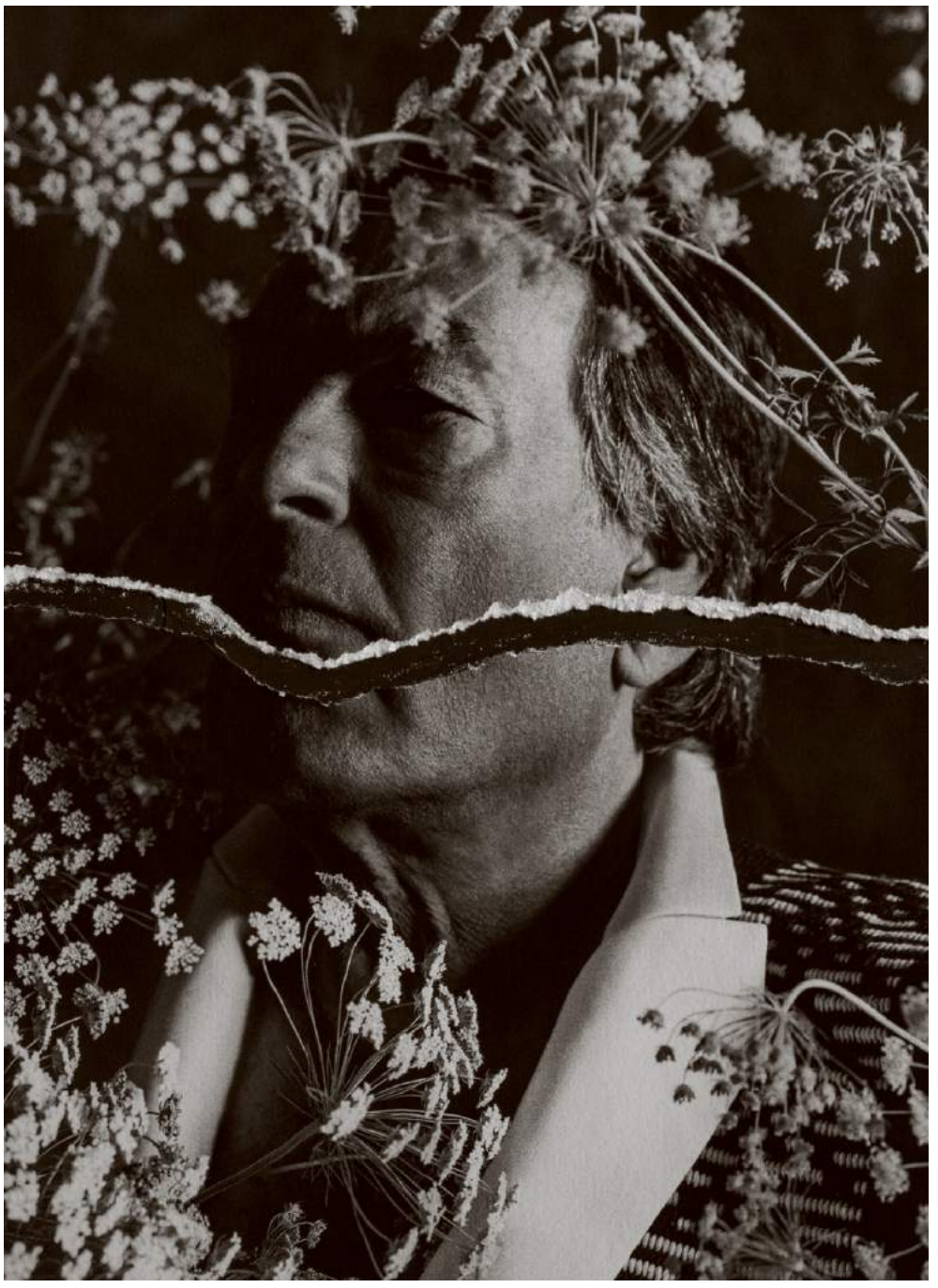
Camisa Alexandre Won | Calça Misci | Acessórios acervo pessoal

ines249

ines249

“Como cidadão, eu iria escrever, publicar, dançar, aprender chinês, fazer o que quisesse. Entendi que ser indígena não era seguir um formato.”

Look total Maurício Duarte | Faixa de cabeça acervo pessoal



Blazer **Alexandre Won**

ines249

O presidente militar João Figueiredo pediu a cassação de Mário em 1983, situação encerrada pela Câmara com uma advertência. O caminho estava aberto. Nos anos seguintes, nos corredores de Brasília, corria o burburinho sobre sessões para discutir uma nova Constituição e eleições diretas.

Em 1987, o debate para afinar o texto que definiria o país pegava fogo. Para que os indígenas não fossem engolidos pelos outros temas, entraram em cena pesos-pesados da área, a exemplo das indigenistas Marina Villas Boas e Eunice Paiva. Na outra ponta, a União das Nações Indígenas, de Ailton, defendia publicamente a reorganização da Funai e a garantia das demarcações de terras. No dia 4 de setembro, ele subiu à plenária do Congresso para o momento que o definiria dali em diante.

"Acredito que os senhores não poderão ficar omissos. Os senhores não terão como ficar alheios a mais essa agressão movida pelo poder econômico, pela ganância, pela ignorância do que significa ser um povo indígena", começou. Ele tirou dos bolsos do paletó branco uma tinta preta para representar o jenipapo, uma pintura que demonstra força e luto, especialmente entre o povo guarani.

O discurso durou cerca de oito minutos, e o burburinho na Câmara cessou. Os olhos de Ailton apareceram marejados para as câmeras. "Eu poderia ter saído morto, mas eu iria falar. Facas não iriam me atacar, e as correntes iriam se quebrar", relembra à GQ Brasil. "Desci do palanque sem nada nos bolsos, mas me senti destemido."

A nova Constituição, aprovada no ano seguinte, dava uma reviravolta histórica com a seguinte afirmação: os indígenas têm direito à vida, ao território e à sua cultura milenar. Não estão mais obrigados a se "integrar" à sociedade branca. Uma vitória. "Ali eu descobri que não poderia fazer mais nada sozinho. Entendi que éramos uma legião, um coletivo. E percebi que todos os meus inimigos estavam fodidos", diz.

No ensaio para a GQ, em outubro, Ailton chegou vestido com uma camiseta do cantor Bob Marley e sandálias. Tinha como companhia a filha, Noua Krenak, 23, estudante de medicina veterinária. Os dois haviam recentemente participado de uma refilmagem de "Macunaíma", no Rio de Janeiro.

No almoço, ele se dispôs a falar longamente sobre o cinema novo e Glauber Rocha, de quem é um admirador. "Ele criou o cinema brasileiro!", atestou. No camarim, comparou uma das roupas disponíveis com a dos samurais do cineasta Akira Kurosawa. Também elogiou o estilista indígena Maurício Duarte, que o vestiu como "um cavaleiro Jedi" para receber a insígnia da Ordem Nacional da Legião de Honra da França, em uma pomposa cerimônia em Paris, em 2024.

Escalado para trajá-lo novamente, desta vez para a nossa capa, Duarte explicou o figurino: "O tecido estampado veio do Peru, do povo shipibo-konibo. As faixas em tear de algodão são da Associação de Mulheres Indígenas do Alto Rio Negro. O casaco remete a uma armadura".

O cenário para as fotos incluiu um conjunto de pedras, polvilhadas por areia. "Parece muito com o Watu!", surpreendeu-se Noua. "Mas sempre esqueço que vocês o chamam de Rio Doce", acrescentou.

Embora nos anos seguintes à Constituição Ailton tenha inaugurado uma sede dos povos indígenas em São Paulo, dirigido um Chevette e feito amigos influentes como Milton Nascimento, a verdade é que as décadas de 1990 e 2000 não foram as mais amigáveis para ele. Na Eco-92, no Rio, Ailton foi criticado por receber atenção demais e expor os indígenas a, como descreveram, um "circo" da ONU.

"Ele viu que surgia uma nova geração de lideranças e, como pessoa desapegada, foi saindo de cena", afirma o colega e também escritor Daniel Munduruku. Em outras palavras, ficou de saco cheio. "O Ailton caiu em uma espécie de esquecimento, de ostracismo. Algo que todos nós passávamos na época." Se antes era chamado para falar sobre reivindicação de terras, passou a ser entrevistado para explicar o que era uma zarabatana ou palpitar sobre o "descobrimento" do Brasil em 1500. Alguns, para sacanear, o chamavam de pajé, de cacique.

No início dos anos 2000, ele sentiu que era hora de retornar à casa. "Uma forma de voltar a se conectar com suas origens", diz Daniel. O Watu o aguardava, mas não era mais o mesmo. Ao menos sete barragens haviam sido construídas ao longo de seu corpo, o que o obrigou a

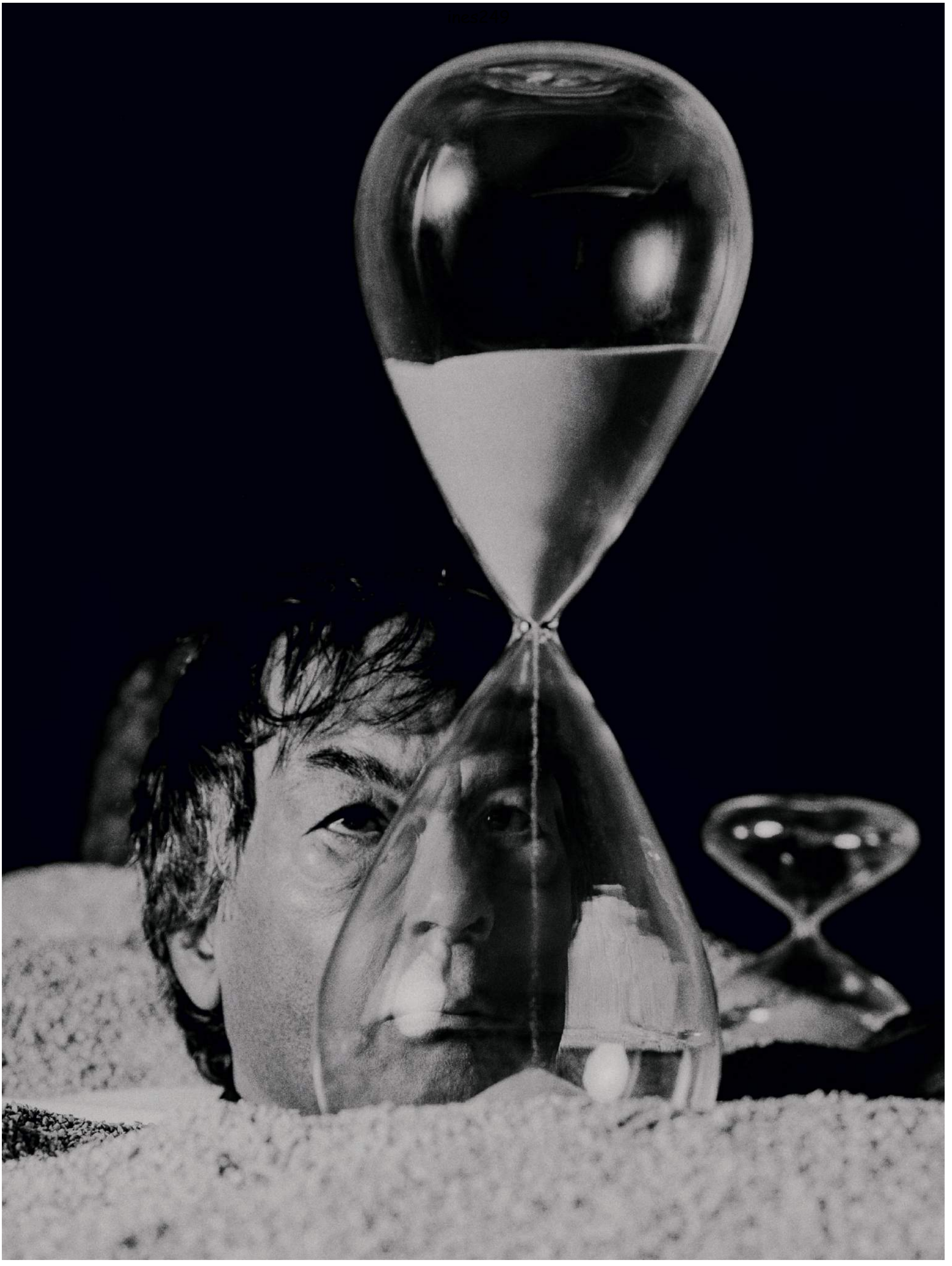
ines249

Gola alta **Intimissimi Uomo** | Calça **João Pimenta** | Faixa de tucum **Sioduhi Studio** | Faixa de cabeça acervo pessoal

ines249

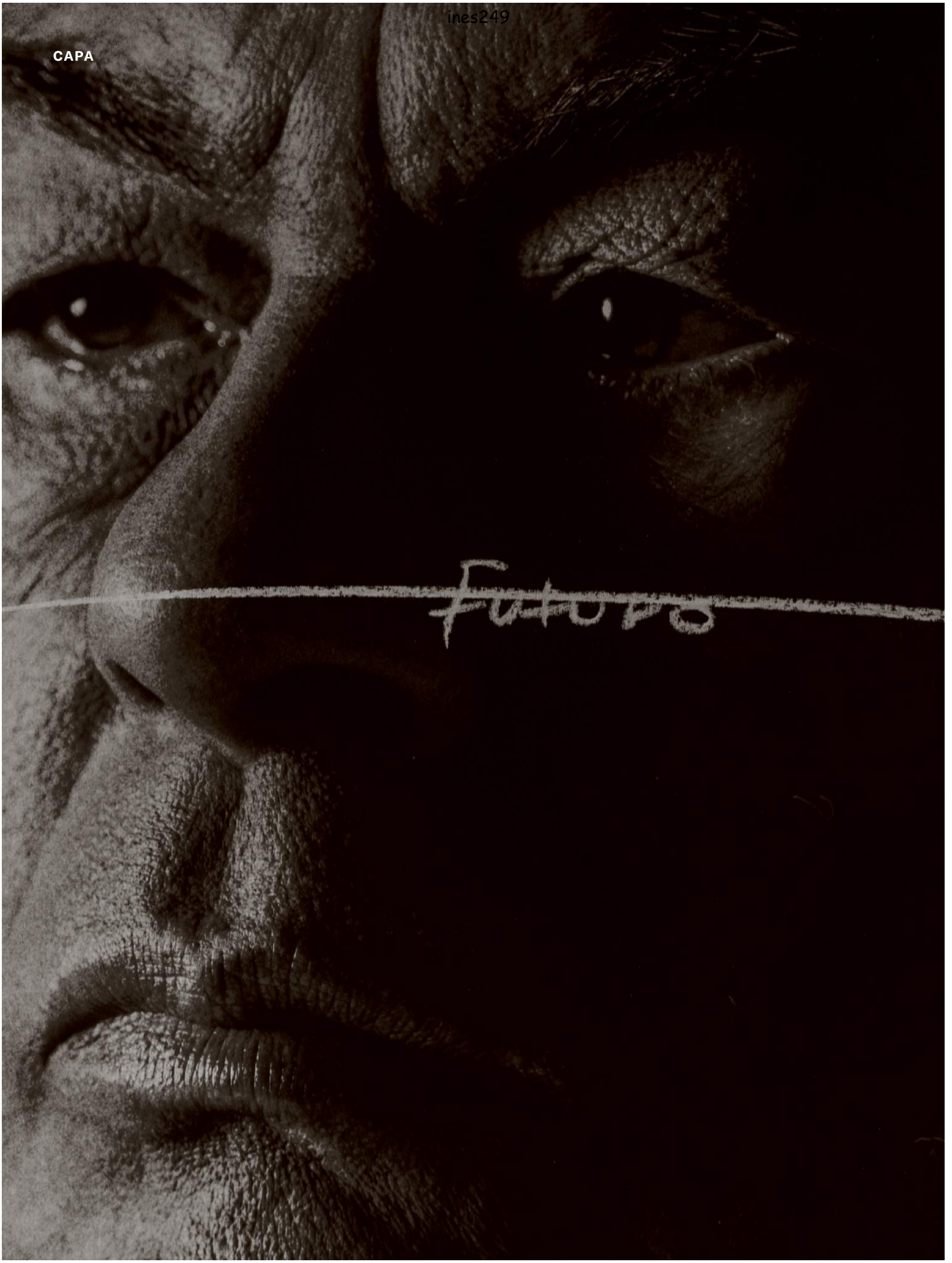
Blazer
Dolce&Gabbana |
Faixa acervo
pessoal

ines249



ines249

CAPA



ines249

“A desgraça é que tem muita gente achando que realização é ter coisas, uma casa, um apartamento, um carro. É uma confusão ecoando na cabeça das pessoas.”

alagar cidades inteiras. Ailton se tornou consultor do governo Aécio Neves até 2010, o que soou mal entre os indígenas de Minas Gerais.

O ativista, então, casou-se com uma krenak, Irani, de um clã tradicional. Os dois moram em uma aldeia em Resplendor, onde a cultura do aço ainda provoca cicatrizes. Em 2015, a lama do rompimento de uma barragem da Samarco intoxicou o rio, matou pessoas, peixes e lembranças. “Hoje, digo que ele está em coma”, lamenta.

Um dos três filhos com Irani, Krembá, morreu aos 17 anos após um acidente de moto, em 2018. Até pouco tempo atrás, o jovem ainda aparecia para o pai pelo mesmo canal pelo qual Ailton se comunica com o Watu, onde não se pode mais mergulhar em busca dos peixinhos que existiam em sua infância. “Nós só conseguimos falar com nosso avô, hoje subterrâneo, por meio dos sonhos”, diz.

Desde a Constituinte, Ailton jamais voltou a vestir paletó e gravata. Nem a pintar o rosto. “São gestos que não se repetem”, declara. Após a jornada, decidiu que era um cidadão, não só um ativista. “E como cidadão iria escrever, publicar, dançar, aprender inglês, chinês, fazer o que quisesse. Sobretudo porque entendi que ser indígena não era seguir um formato.”

Em “Ideias para Adiar o Fim do Mundo” (2019), “O Amanhã Não Está à Venda (2020), “A Vida Não É Útil” (2020) e “Futuro Ancestral” (2022), ele teve palestras organizadas em livros pela Companhia das Letras. Nas obras, questiona o consumo desenfreado, a desconexão entre o homem, a ancestralidade e a natureza e outras questões que têm levado ao fracasso da história humana. Entretanto, sua interpretação não é pessimista.

“A desgraça é que tem muita gente achando que realização é ter coisas, uma casa, um apartamento, um carro. É uma confusão toda ecoando na cabeça das pessoas”, analisa. “Nos meus textos, digo que o que mais causa desconforto em nós, humanos do século XXI, é a insegurança de sentir que estamos em queda. Qual o problema? Vamos pensar em paraquedas coloridos. Você continua a cair, mas pelo menos a queda é mais divertida.”

Seus livros venderam mais de 500 mil cópias. Amigo, jornalista e membro da Academia Mineira de Letras, Rogério Faria Tavares decidiu costurar uma cadeira para Ailton na Academia Brasileira de Letras. Apesar de a avaliação ser feita pelo conjunto da obra, o caminho até a posse exige um insistente trabalho de networking. Muitas vezes à moda antiga. “A gente telefonou, mandou e-mails, enviou cartas. Alguns dos imortais só aceitam cartas!”, conta Tavares.

O pleito criou atrito com Daniel, também candidato à cadeira. Por essas desavenças, os dois se distanciaram e não atuam mais juntos na causa indígena. “Hoje, posso dizer que não nos odiamos”, atesta o adversário, que afirma ter havido um combinado de que ele ganharia prioridade para disputar o posto — o que acabou não acontecendo. De seu lado, Ailton garante ter seguido os ritos e tido a obra publicada para dezenas de idiomas. “Mas vai ver eu sou só o queridinho da Fernanda Montenegro”, ironiza, sobre a colega da Academia.

“E que importância tem vender 1 milhão de livros? Se você não conseguiu afetar as comunidades com as quais se relaciona, você pode publicar e não dizer nada. É uma bobagem”, argumenta Ailton. Ele analisa que suas obras concluíram a jornada de falar com o mundo pela cultura (“Sem a cultura, estamos fodidos”).

O ativista é dado a cantarolar. Enquanto observava as ampulhetas presentes neste ensaio, solfejava a canção “Oração ao Tempo”, de Caetano Veloso. “Tempo, tempo, tempo, tempo, é um dos deuses mais lindos…” Algumas de suas memórias vieram à mente. “A gente já passou por reformatório, presídio; fomos sacaneados de todas as maneiras. Fizemos toda a via-sacra palestina diante de um deserto. Mas sempre implodimos o balaio em que tentam nos colocar.” Na manhã seguinte, embarcou de volta para a aldeia em Resplendor na companhia da filha, onde iria rever a esposa e seu avô ancestral, o Watu. GQ

Diretor de conteúdo Fred Di Giacomo | Gerente de fotografia e produção Enzo Amendola | Direção de arte Victor Amirabile | Beleza Sabrina Silva | Set design Yuri Godoy | Assistente de fotografia Edson Luciano | Assistente de moda Elias Assef | Assistente de Set Design Gabriel Filgueiras | Vídeo Pedro Nekrasius | Tratamento de imagem Nicolas Leite | Agradecimento Museu A CASA do Objeto Brasileiro

ines249

Receita do sucesso

Arthur Paek, que conquistou a internet com vídeos criativos de culinária (vários ao lado de celebridades e grandes chefs), soma 6 milhões de fãs no Instagram, colhe os frutos financeiros de seu trabalho e cogita abrir o próprio restaurante

TEXTO **ANA BEATRIZ GONÇALVES** FOTOS **FERNANDO MENDES**

Os vídeos são curtos, geralmente não chegam a ter um minuto de duração. Um bordão convida o telespectador a participar do preparo culinário: "Vamos fazer um…", seguido por uma receita. Da mais simples, como um sanduíche de presunto cru, à mais elaborada, tal qual o bibimbap, prato coreano que leva arroz frito, legumes, carne e pimenta. Na sequência, uma orquestra de talheres e tigelas jogados para o alto e ingredientes fatiados em tábuas de madeira, despejados em panelas... Efeitos sonoros acompanham os cortes supervelozes da edição e o ritmo da música na trilha — de preferência, uma bombada na internet —, com direito a salpicadas de ASMR, a técnica que provoca prazer sensorial por meio dos sons de objetos manuseados. Se existe uma receita do sucesso, essa é a de Arthur Paek, 24, influenciador digital que se tornou sensação de conteúdos gastronômicos nas redes sociais.

No Instagram, ele acumula 6 milhões de seguidores. No TikTok, suas produções somam quase 100 milhões de curtidas. Nos últimos três anos, o criador de conteúdo paulista passou do anonimato à fama. Estreou, em julho, como apresentador de um quadro on-line de entrevistas do reality show "Chef de Alto Nível", comandado por Ana Maria Braga, na Globo.

Nesse embalo, tornou-se um chamariz para o mercado publicitário (cada vez mais faminto por criatividade e engajamento) e garoto-propaganda de grandes marcas, do naipe de Sadia, Brastemp e Netflix. Também estampa campanhas de produtos de beleza, carros, roupas…

Um dos principais diferenciais de seu trabalho está na parceria com celebridades. Muitas toparam participar das bem boladas gravações, entre elas Angélica, Eliana, Fabio Porchat, Chay Suede e Ivete Sangalo. Do ramo da alta-gastronomia, prestigiaram a bancada de Paek chefs brasileiros estrelados como Alex Atala, Luiz Filipe Souza e Helena Rizzo.

"Muitos repetem a fórmula didática já conhecida de receitas. Queria fazer diferente, trazer mais entretenimento e levar a gastronomia a outro lugar", explica o influenciador, natural de Cotia, na região metropolitana de São Paulo. "Com isso atingi outras audiências. Entendi que o formato atrai a atenção não só daqueles interessados em comida. Inclusive, muita gente chega até mim dizendo que gosta de ver o prato feito, mas não curte cozinhar."

CLÃ SUL-COREANO

Paek faz parte de uma família de classe média alta de imigrantes sul-coreanos que chegou ao Brasil na década de 1970. O contato com a culinária asiática o arrebatou logo na infância. A primeira memória relacionada a esse universo remonta ao período em que morou na Flórida, nos Estados Unidos, dos 6 aos 13 anos. Lá, descobriu um mundo de possibilidades ao frequentar restaurantes coreanos.

"Lembro de ter me apaixonado por naengmyeon", conta. A sopa gelada com espaguete à base de batata e farinha de trigo-mourisco se tornou seu pedido-padrão. Até que um dia, a mãe, Regina, resolveu prepará-la em casa. "Fi-

ines249

Look total
Ferragamo

ines249

Look total
Mondepars

Edição de moda
Thiago Biagi |
Assistentes de foto
Erick Gianezzi e
Jesiane Gobbi |
Tratamento
de imagem
Quel Tâmara

ines249

quei fascinado, acompanhando todo o processo. Devia ter uns 8 anos. Na minha cabeça, não sabia que era possível reproduzir o prato de forma caseira. Pensava que precisava esperar o fim de semana para comê-lo fora", diverte-se.

Esse interesse precoce, no entanto, não se mostrou suficiente para encaminhar o jovem a uma faculdade da área. "Ficava meio perdido por não me adequar bem na escola. O único professor que gostava de mim era o de teatro", lembra. Aos 18 anos, ele optou por voltar aos Estados Unidos para cursar tecnologia empresarial, mas a experiência foi encurtada por causa da pandemia. Retornou, então, a São Paulo e se formou em administração na Faculdade Getulio Vargas (FGV). O plano: trabalhar em banco, na área de consultoria, de terno e gravata. Os pais, empresários do setor de indústria têxtil e confecção, apoiaram a ideia.

Porém, veio uma guinada. Despretensiosamente, Paek passou a usar as madrugadas, seu único tempo livre, pois estudava em período integral, para pôr a mão na massa e expandir os dotes culinários enquanto se filmava. Com o próprio celular, o rapaz deu o play. "Não consultei ninguém. Não busquei aprovação, só fiz o que queria. Era um espaço no qual podia desligar a cabeça, não me sentia inseguro. E até engraçado pensar, porque hoje me pego com mais vergonha", afirma.

As primeiras gravações evoluíram tímidas, sem frases de efeito nem edições rebuscadas. "Eu precisava me dirigir enquanto cozinhava. Era corre dali, corre de lá. Depois, ainda levava cerca de dois dias para editar um vídeo de 30 segundos", relata. Ao notar a dedicação do herdeiro, a mãe passou a apoiá-lo, dando uma força nos bastidores. "Eu trabalhava durante o dia, mas sabia que à noite ele estaria me esperando para gravarmos. Mesmo cansada, ajudava com prazer, porque era emocionante ver a alegria e a realização dele", recorda Regina. O filho completa: "Dei sorte porque resolvi fazer conteúdo de gastronomia. Se fosse qualquer outro assunto, acredito que meus pais não apoiariam tanto".

RODRIGO HILBERT COMO INSPIRAÇÃO

Apesar do forte apelo culinário — é ele quem prepara todas as receitas —, o paulista não se considera cozinheiro. "Sou criador de conteúdo. O pessoal me vê mais como a pessoa que está ali na frente das câmeras, mas a realidade é que adoro ficar atrás delas. Direção criativa, roteiro, edição... Sou completamente apaixonado por esse universo", atesta.

Nada escapa ao seu "olhar crítico criativo", como define. "Ele é extremamente perfeccionista e exigente consigo mesmo. Tudo deu muito certo justamente por essa busca pela excelência", corrobora Regina. Atualmente, ele conta com uma equipe fixa de cinco colaboradores: os pais, como sócios (a mãe à frente do comercial e o pai das finanças), um profissional de captação e edição, um assessor de comunicação e um assistente de produção, responsável pela logística dos ingredientes.

Para um vídeo de até um minuto ir ao ar, a execução leva em torno de 15 a 24 horas. "Depende muito do projeto, mas o tempo médio de filmagem é de sete horas. Não basta chegar e gravar, existe uma complexidade para garantir a qualidade. Depois, vem o pós e a finalização."

O influenciador espera crescer ainda mais nos próximos anos. Uma de suas fontes de inspiração é o apresentador Rodrigo Hilbert, com quem gravou uma receita de japchae (macarrão coreano frito com legumes, levemente adocicado), encontro que rendeu quase 2 milhões de curtidas. "Ele também é da área de gastronomia, apresenta e transita por outros lugares. Um cara que faz um pouquinho de tudo e com quem me identifico", diz.

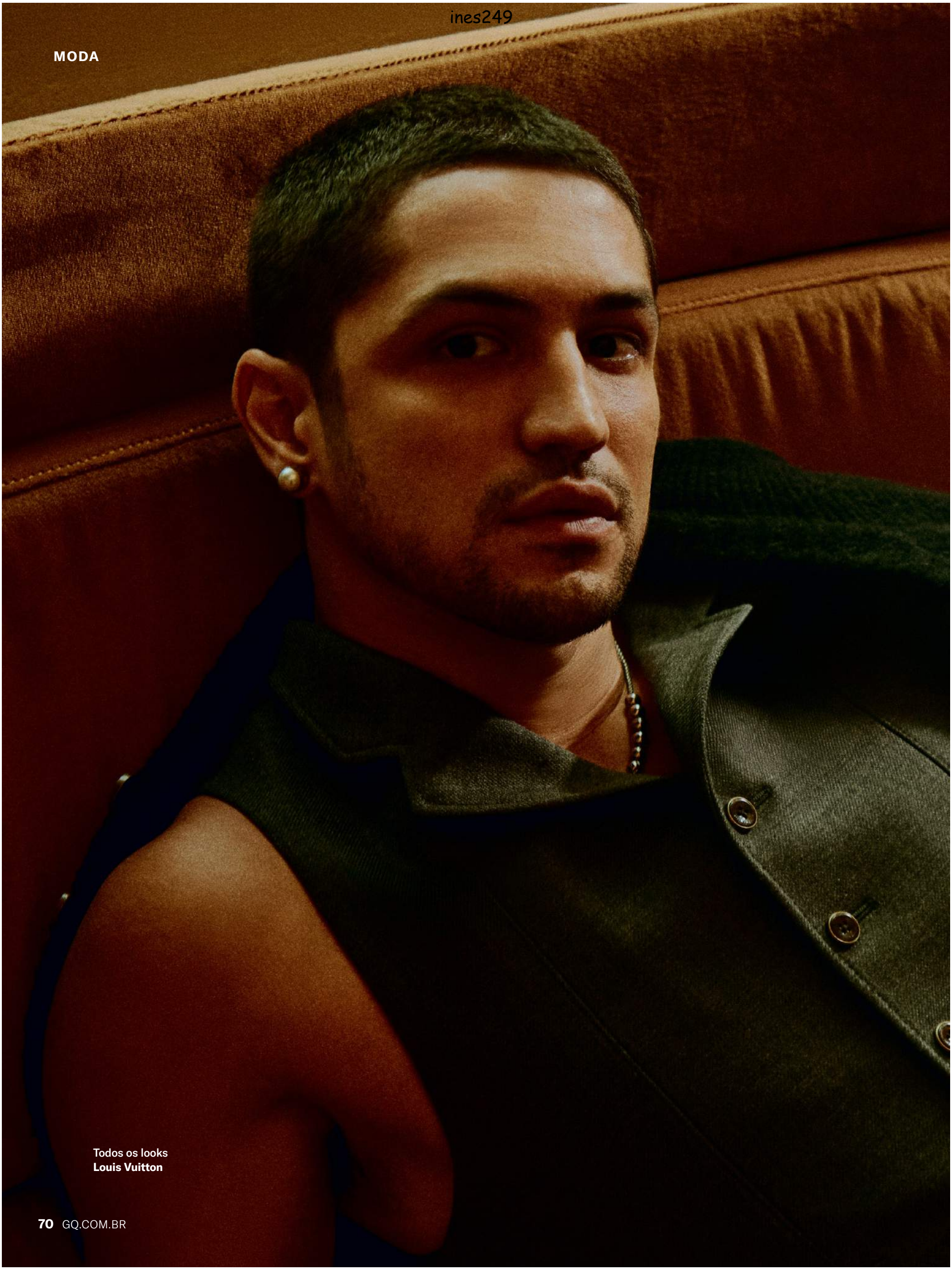
Paek também acena para os planos de investir em outros negócios. "Quero gerar experiências além das telas. A culinária é palatável, sensorial. Poder trazer a gastronomia a um lugar físico, seja com um restaurante, seja com um produto, aparece entre as minhas metas para o futuro", adianta. Hoje, seus restaurantes prediletos são Kotori, Kyong Mi Jong, Maní e Evvai, todos em São Paulo.

Na vida particular, o jovem colhe os frutos da labuta. Neste ano, comprou uma casa nos Jardins, região nobre de São Paulo, para onde deve se mudar em breve. "Tento ser o mais cuidadoso possível. Eu me sinto grato por ter conquistado minha independência financeira tão cedo. Às vezes, acho que ela chegou antes da minha independência emocional", avalia. Para cuidar da saúde mental, terapia. "Comecei há pouco tempo. Tem me ajudado a me entender melhor e a acessar questões que, sozinho, talvez não conseguisse enxergar tão facilmente."

Ainda na seara de cuidados pessoais, Paek não abre mão da rotina de skincare (a influência da cultura coreana de beleza se mostrou crucial para o hábito) e investe em treinos de musculação há pelo menos seis anos. "Malho de forma bem consistente, com personal." Também costuma pedalar com o pai, correr e jogar golfe.

O criador de conteúdo vai morar a três quadras da residência dos pais. "Acho importante estar perto deles. Sou muito apegado à família", pontua. Sobre construir a sua própria, ele afirma estar longe de concretizar o sonho de se casar e virar pai. "Não encontrei a pessoa certa e estou priorizando o trabalho, mas sei que acontecerá no momento apropriado. Por enquanto, quero viajar mais e conhecer novas culturas." GQ

ines249



Todos os looks
Louis Vuitton

ines249

ACOSSADO

Aproveitamos o rasante do ator Gabriel Leone — astro da série “Senna”, que está no elenco do premiado “O Agente Secreto”, e prestes a lançar um disco como cantor — no desfile da Louis Vuitton na Semana de Moda de Paris, em junho, para clicá-lo na capital francesa com novidades da grife. O carioca veste criações de Pharrell Williams para a coleção primavera-verão, baseada na influência do dandismo indiano no guarda-roupa contemporâneo

FOTOS **MARCELLO JUNIOR** EDIÇÃO DE MODA **LUCIO FONSECA**

ines249

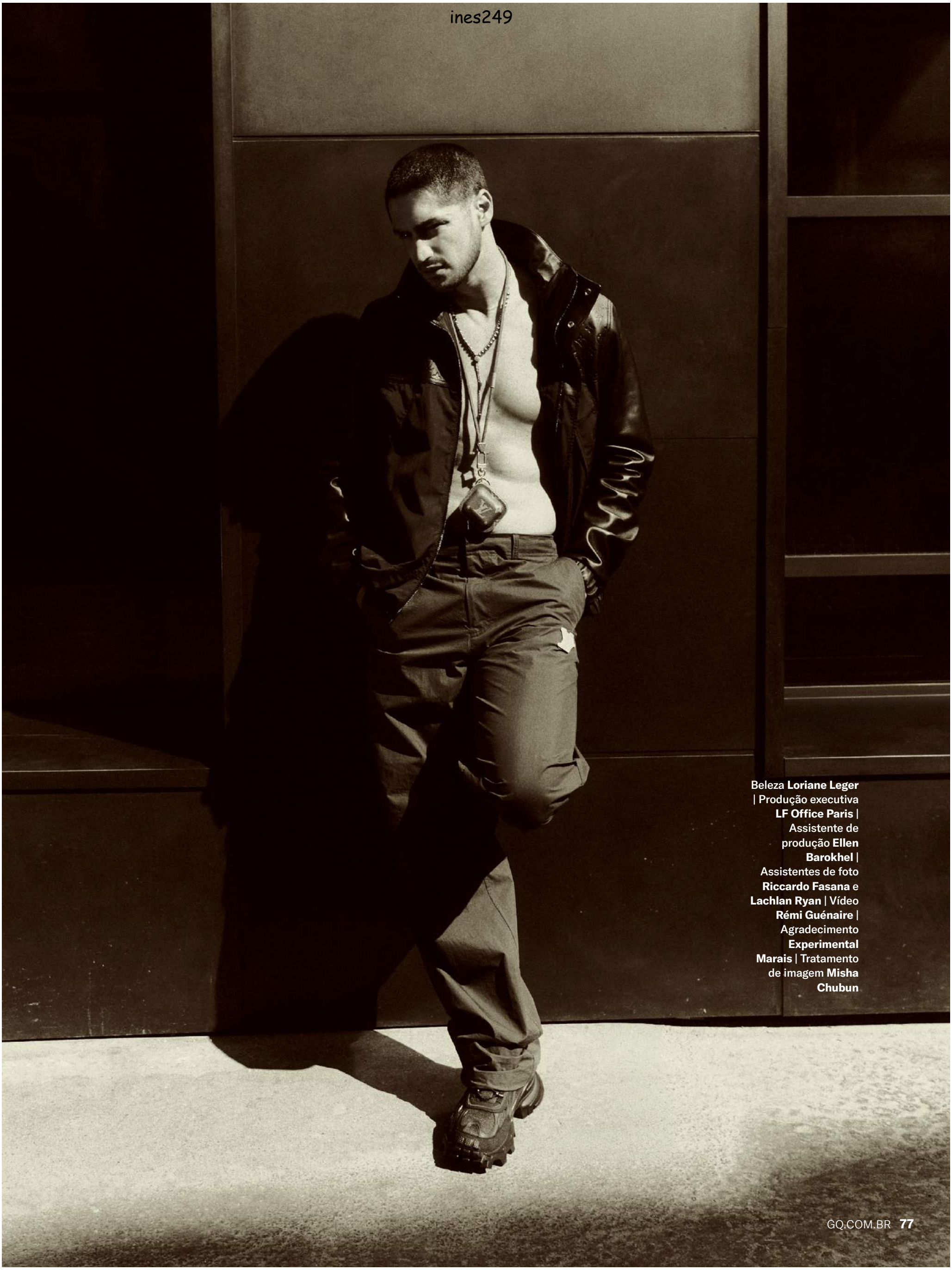
72 Q.COM.BR

ines249

ines249

ines249

ines249



Beleza **Loriane Leger** | Produção executiva **LF Office Paris** | Assistente de produção **Ellen Barokhel** | Assistentes de foto **Riccardo Fasana** e **Lachlan Ryan** | Vídeo **Rémi Guénaire** | Agradecimento **Experimental Marais** | Tratamento de imagem **Misha Chubun**

ines249

o peso da

Pesquisa inédita mostra como a pressão por uma performance sexual infalível pode prejudicar a autoestima, o prazer na cama e a nossa saúde mental

ines249

virilidade

TEXTO **FERNANDA BASSETTE**
ILUSTRAÇÕES **LIU ANNO**

Pressionados desde cedo a provar virilidade e desempenho em diversos campos, inclusive o sexual, os homens vivem a intimidade como um território também de expectativa e cobrança. Uma pesquisa realizada pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) junto da farmacêutica FQM, com dados divulgados com exclusividade à GQ Brasil, revela que, dentro do universo masculino, 60% afirmam estar sempre preocupados com sua performance na cama. Além disso, quase metade deles relata impacto emocional moderado ou grave quando enfrenta alguma dificuldade nesse campo.

O estudo, conduzido pelo Instituto Ideia com 3.213 pessoas de ambos os sexos de todas as regiões do Brasil, aponta que a cobrança pela atuação perfeita no quarto não apenas abala a autoestima como também alimenta um ciclo silencioso de ansiedade e frustração pouco discutido. Dos entrevistados, 66% declaram impacto emocional moderado ou grave ligado à dificuldade de controlar a ejaculação; 65% afirmam sofrer intensamente quando enfrentam perda de desejo sexual; e 62% dizem sentir angústia quando passam por adversidades para manter uma ereção.

Ainda segundo o levantamento, 17% dos homens consultados começaram a vida sexual antes dos 14 anos; 40%, entre 14 e 16 anos; e 35% entre 17 e 20 anos. Metade teve a primeira relação sexual com uma namorada ou namorado; 30% com uma amiga ou amigo; e 15% com profissionais do sexo — o que evidencia que esta transa ainda é, muitas vezes, tratada como rito de passagem e validação social.

Nos últimos anos, entretanto, especialistas perceberam transformações em relação a esse tema. "Uma mudança drástica se deu especialmente a partir da pandemia, com o incremento da iniciação sexual por meio virtual, com autoestimulação, sem contato interpessoal", aponta a psiquiatra Carmita Abdo, coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade do Hospital das Clínicas da USP (ProSex). "Isso acaba atrasando o relacionamento presencial. Quando o jovem tenta o contato real, muitas vezes falha. O uso prolongado de pornografia, por exemplo, faz com que a experiência com o outro fique menos excitante, o que gera angústia, ansiedade e desinteresse."

NECESSIDADE DE PERFORMAR

De acordo com a análise, 62% dos rapazes afirmam considerar o sexo "muito importante" em sua vida e 40% admitem que já transaram sem vontade. "O homem foi educado para performar. Para ele, o sexo não é apenas intimidade, mas também validação pessoal. Quando algo foge do controle, ele sente que fracassou como homem", pontua Carmita.

Essa lógica se sustenta por gerações, tornando-se um elemento central da nossa identidade e, consequentemente, um fator de adoecimento emocional. Segundo a psicóloga Margareth Reis, coordenadora da pós-graduação em Sexologia do Centro Universitário FMABC, o fenômeno é estrutural. "A necessidade de exibir desempenho afeta a todos nesta era de redes sociais, perfis e avatares.

> "O homem foi educado para performar. Para ele, o sexo não é apenas intimidade, mas também validação pessoal. Quando algo foge do controle, ele sente que fracassou como homem."
>
> **CARMITA ABDO, PSIQUIATRA**

ines249

Buscamos sempre a melhor performance no trabalho, no lazer, na cama. No sexo, a preocupação pode substituir a atenção ao prazer. Um homem muitas vezes está tão focado na ereção perfeita que deixa de perceber o toque, o cheiro e os movimentos do próprio corpo e da parceira", diz a especialista.

Essa ansiedade pode impedir a ereção ou antecipar a ejaculação. Margareth explica que uma situação isolada passa a ser interpretada como uma derrota contínua; "se isso aconteceu hoje, vai acontecer sempre" ou "se falhei na cama, vou falhar na vida". "O ciclo de autocobrança transforma cada encontro em um teste de desempenho, e não em um momento de prazer. Nessa atmosfera de insegurança, as disfunções sexuais podem surgir ou se agravar", explica a psicóloga.

A antecipação do fracasso vira um gatilho para a ansiedade de performance, a queda de libido e outros distúrbios. Apesar de sofrer, os homens evitam falar sobre o assunto. A dificuldade de admitir vulnerabilidade ainda consiste em uma das maiores barreiras para buscar ajuda.

A ejaculação precoce, por exemplo, é uma das disfunções mais comuns — globalmente, sua prevalência varia entre 25% e 30% do público masculino. No estudo da SBU, entre aqueles com esse transtorno, 31,6% apresentam o quadro desde o início da vida sexual, enquanto 39,2% o desenvolveram posteriormente. Além disso, três em cada dez homens afirmaram que suas parceiras fingem não perceber quando o problema acontece.

A condição envolve três critérios centrais: período de latência curto persistente (normalmente de até 2 minutos), perda de controle sobre a ejaculação e sofrimento emocional associado ao ato sexual. "Às vezes, o tempo entre

ines249

a penetração e a ejaculação é quase nulo, o que gera desconforto extremo e leva o indivíduo a evitar o sexo", explica Carmita.

Existem dois tipos de ejaculadores precoces. São eles os primários, que apresentam o quadro desde sempre, geralmente por desequilíbrios genéticos e em neurotransmissores; e os secundários ou adquiridos, que desenvolvem o distúrbio ao longo da vida, muitas vezes associado a fatores emocionais, hormonais ou físicos.

O psiquiatra Arnaldo Barbieri Filho, membro da Sociedade Brasileira de Estudos em Sexualidade Humana e do Departamento de Sexologia da Sociedade Brasileira de Psiquiatria, volta a colocar a cobrança por desempenho no foco. "O homem é, em geral, muito falocêntrico. Frequentemente, associa sua autoestima e masculinidade à performance sexual. Essa construção cultural reforça inseguranças e perpetua expectativas machistas, como a ideia de que devemos sempre manter a ereção e controlar a ejaculação", afirma. "Diferentemente das mulheres, não podemos 'fingir' a ereção, o que gera angústia e autocobrança."

DIÁLOGO É FUNDAMENTAL

Presidente da SBU, Luiz Otávio Torres explica que a ejaculação precoce pode ocorrer com todos os homens, independentemente da idade, mostrando-se mais frequente entre os jovens. A disfunção erétil, por sua vez, se agrava com o tempo, principalmente a partir dos 40 anos, e está associada a condições como diabetes, hipertensão, síndrome metabólica e doenças da próstata.

Os tratamentos dependem da causa e da intensidade de cada caso. Apesar de existirem terapias eficazes, especialistas estimam que apenas 10% a 20% dos homens com disfunções nesse campo procuram tratamento. A vergonha, o tabu e a falta de informação continuam a dificultar a busca por cuidados.

"O ideal é que esse tema se torne ativo em todas as consultas. Se o paciente não tocar no assunto, isso deve ser feito pelos profissionais de saúde, independentemente da especialidade. É importante que o médico dê liberdade ao paciente para falar sobre sua rotina sexual, que faz parte da qualidade de vida", reforça Carmita.

O diálogo entre o casal também se mostra essencial para minimizar os impactos emocionais da situação. De acordo com o estudo da SBU, 50% dos homens que tomam medicamentos para prolongar o tempo ejaculatório foram incentivados por suas parceiras/parceiros, enquanto 10% disseram tomá-los sem comunicar seu par.

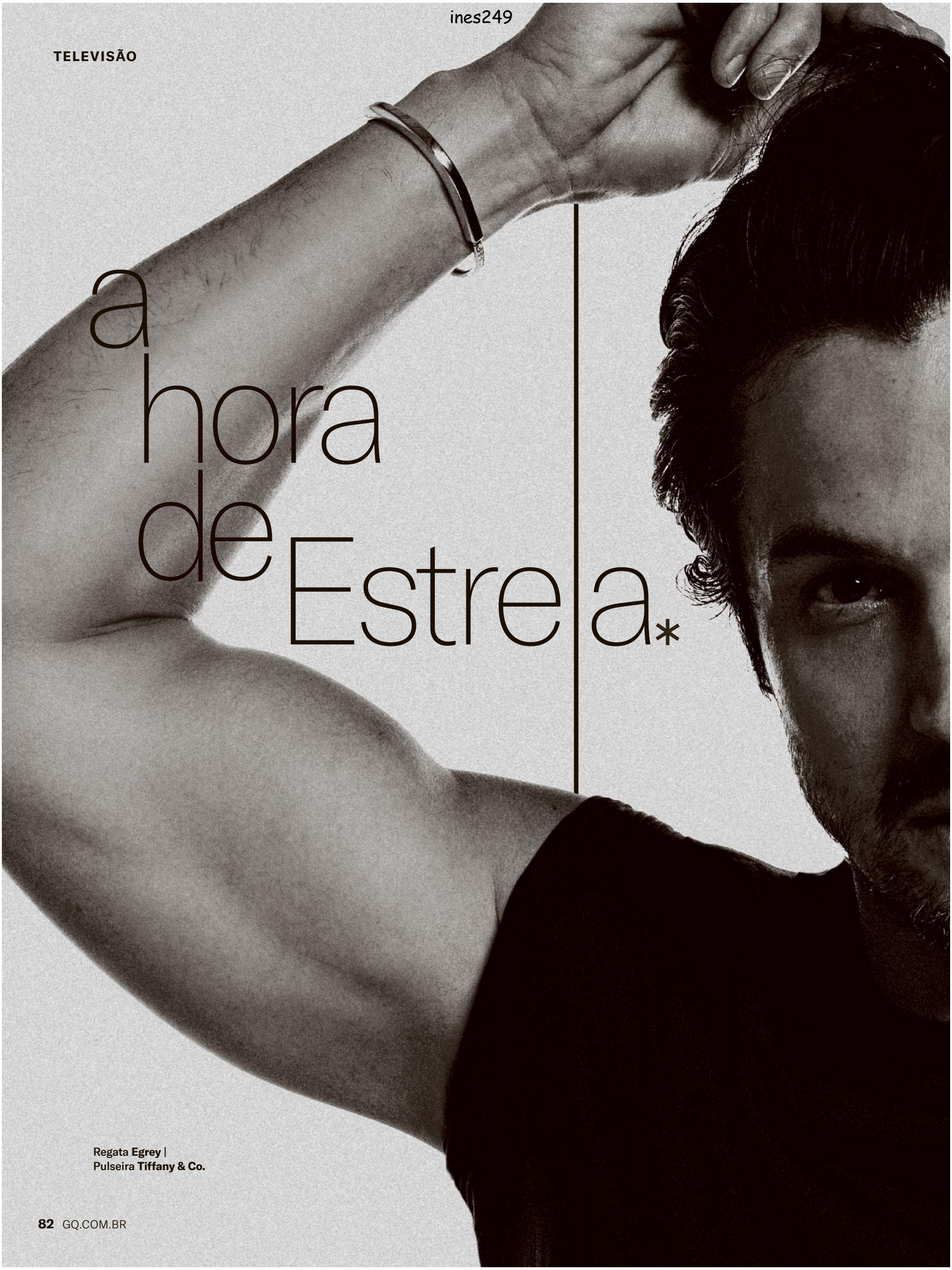
"Nenhum remédio deve ser utilizado sem orientação médica, tanto para disfunção erétil quanto para ejaculação precoce. O mau uso aumenta os riscos de efeitos colaterais e de dependência química ou psicológica", alerta Torres. "Conversar com a parceira ou parceiro possibilita aproximação, carinho e reconhecimento. Fugir do assunto aumenta o sofrimento e diminui a performance."

A fisioterapia do assoalho pélvico, ainda pouco conhecida, também é apontada como extremamente eficaz. Ela ajuda o homem a tomar consciência do processo ejaculatório e a controlar melhor a resposta sexual. Já a terapia cognitivo-comportamental atua diretamente na ansiedade de desempenho, trazendo ganhos na qualidade de vida e no bem-estar mental.

A pesquisa da SBU evidencia que, embora silencioso, o sofrimento masculino é concreto e generalizado, transformando a intimidade em um campo de nervosismo e culpa. Reconhecer o problema, estabelecer diálogos e procurar tratamento são passos essenciais para quebrar o sofrimento e resgatar a atividade sexual como fonte de prazer, conexão e autoestima. GQ

ines249

a hora de Estrela*



Regata **Egrey** |
Pulseira **Tiffany & Co.**

ines249

Romulo Estrela, 41, retorna ao horário nobre como um mocinho em conflito na novela “Três Graças” e se prepara para estreias em 2026 no cinema e no streaming

TEXTO **SOFIA HERMOSO** FOTOS **LUFRÉ** STYLING **THIAGO FERRAZ**

ines249

De volta ao horário nobre, o ator Romulo Estrela, 41, interpreta o policial Paulinho Reitz em "Três Graças", novela que acaba de estrear na Globo. Como um bom mocinho, ele se mostra um profissional íntegro e engata um romance com a protagonista, Gerluce (Sophie Charlotte). No meio do caminho, porém, precisará lidar com um dilema relacionado ao par romântico. A trama, descrita pelo galã como "um grande folhetim, uma tragicomédia", leva a assinatura de Aguinaldo Silva, que também retorna à faixa das 9 após um hiato de seis anos.

Não é a primeira vez que Estrela assume um papel policial — em "Verdades Secretas 2" (2021), deu vida ao detetive Cristiano. Mesmo assim, ele se dedicou a uma nova imersão para construir Paulinho visitando delegacias e conversando com agentes de São Paulo. "Achei ótimo vivenciar essa realidade e ter acesso à atmosfera de forma tão direta, sentindo o cheiro das delegacias e vendo como as pessoas se relacionam entre si", conta.

O astro não aparecia na TV havia dois anos e meio; sua última incursão se deu em "Travessia", de Glória Perez. Ele quis tirar um tempo para se dedicar ao cinema. Durante esse período, gravou quatro longas, inclusive o filme homônimo inspirado em "Por um Fio", livro de Drauzio Varella sobre pacientes com doenças graves, no qual encarna o médico e contracena com Bruno Gagliasso. A estreia está prevista para 2026.

Com o cinema brasileiro em alta internacionalmente, Estrela não descarta tentar uma carreira fora do país. "Nosso audiovisual é uma baita porta de entrada para o exterior. Estamos quebrando barreiras e cada vez mais somos atores do mundo", comemora, acrescentando que adoraria contracenar com figuras do calibre de Wagner Moura e Lázaro Ramos.

Agendado também para o ano que vem está o lançamento da segunda temporada de "Amor da Minha Vida", série da Disney+ encabeçada por Bruna Marquezine, com quem Estrela trabalhou na novela "Deus Salve o Rei" (2018). "Quando assisti à primeira temporada, falei :'Quero fazer essa série'. Agora, estou na segunda fase. Fiquei muito animado", conta. Ele interpreta um dos pares românticos de Bruna, que enfrenta dilemas da vida adulta e desilusões amorosas na trama.

Diferentemente da personagem da colega, o artista vive um relacionamento de longa data, com a empresária Nilma Quariguasi, 39. Juntos há quinze anos, eles se casaram em 2017 e são pais de Theo, 9. A "parceira de vida", como descreve o ator, virou também parceira de trabalho. Há oito anos, ela se tornou a responsável pelo branding do marido, ao lado da assessoria, do empresário e do personal stylist de Estrela.

E qual o segredo para uma relação duradoura? "Se tem algum, além de acordar todos os dias e escolher continuar juntos, é o diálogo aberto. Você precisa dizer as coisas e também exercitar uma escuta ativa. Aprendemos a falar e a ouvir para não nos anularmos durante esse tempo todo", analisa.

Bonitão, o artista não tenta fugir da fama de galã. Ele se considera um homem vaidoso e faz questão de compartilhar com os fãs nas redes sociais (são mais de 3 milhões de seguidores no Instagram) seus cuidados pessoais. Um vídeo no TikTok, aliás, causou alvoroço. Nele, Estrela mostra sua rotina de skincare, que inclui o uso de maquiagem, um corretivo para amenizar as olheiras. "Recebo diversas perguntas sobre os produtos. A boa recepção vem de muitos homens. Há mulheres também, mas geralmente elas marcam o marido ou o namorado e escrevem: 'Tá vendo?'", diverte-se.

Para além da estética, ele reforça a importância do zelo com a saúde. "Existe uma noção de masculinidade que atravessa os homens, e muitos não se cuidam porque acham que não precisam. Devemos olhar para o autocuidado e entender que ele é necessário porque viver é bom, pô — desde passar um filtro solar até realizar exames."

Em sua rotina, essa atenção envolve também a prática de atividades físicas. Ele procura treinar todos os dias na academia que montou dentro de casa, na Barra da Tijuca, no Rio de Janeiro, para otimizar o tempo, mas ressalta que tem se divertido mais com esportes do que com a musculação. "Comecei no judô aos 5 anos, depois passei para o jiu-jítsu. Tive uma academia de jiu-jítsu no Maranhão e virei competidor", lembra.

Natural de São Luís, ele se mudou para o Rio aos 17 anos — ali, começou a carreira artística com uma ponta na novela global "Da Cor do Pecado" (2004), antes de enveredar por diversos projetos na Record. Trouxe consigo o gosto pelo esporte, que tenta hoje transmitir para Theo, com quem treina a arte marcial. "Tenho um compromisso com ele, comigo e com o mundo", diz. "Estou formando um homem que precisa entender seus privilégios. Educar é um desafio diário".

Atento também à alimentação, Estrela leva marmitas aos sets para se manter fiel à dieta, mas garante não ver problemas em mudar de forma para a profissão. "Encaro o meu corpo como uma ferramenta de trabalho. O corpo é do personagem", finaliza. GQ

←
Look total Zegna | Pulseira Tiffany & Co.

Coordenação Nilma Quariguasi | Beleza Guilherme Casagrande | Set design Jean Labanca | Assistente de styling e produção de moda Yuri Horsth | Assistente de beleza Danni Quess | Assistentes de fotografia Matheus Matta e Gabriel Gimenes | Tratamento de imagem Teu Freitas (Telha Retouch)

ines249

tensão baixa

A pressão arterial ganha um novo paradigma — e o intuito é evitar o pior. Antes considerado ideal, o nível 12/8 entra na categoria de pré-hipertensão e demanda cuidados, que envolvem desde o controle do estresse até uma dieta chamada Dash

TEXTO **LEONARDO ÁVILA** ILUSTRAÇÕES **LIU ANNO**

ines249

Uma nova diretriz de saúde divulgada em outubro causou burburinho e pode ter motivado alguns brasileiros a poupar aquela pitada de sal extra na comida. A pressão arterial em 12 por 8 (ou 120/80 mmHg), antes considerada normal, virou alvo de alerta, segundo publicação organizada pelas sociedades brasileiras de Cardiologia (SBC), de Hipertensão (SBH) e de Nefrologia (SBN).

A marca entra na inédita faixa de "pré-hipertensão", que vai até 13,9 por 8,9, formulada com base em diretrizes já adotadas em outros países e adaptada de um conceito corrente na literatura médica brasileira, a pressão arterial "normal alta". A hipertensão em si, doença crônica na qual a pressão do sangue nas artérias permanece consistentemente elevada, ocorre a partir da marca 14 por 9, e seu diagnóstico depende de pelo menos duas medições distintas do paciente.

A novidade não é necessariamente uma revolução na forma de pensar a enfermidade, mas sim uma ferramenta de medicina preventiva. Nathan Soubihe Jr., cardiologista do Hospital do Coração (Hcor), resgata um conselho que ouvia do pai quando menino: "Tudo na vida que resolvemos quando ainda é um probleminha fica mais fácil e mais barato, e tem probabilidade menor de dar dor de cabeça".

Luiz Aparecido Bortolotto, médico do InCor, membro da SBC e um dos autores da nova diretriz brasileira, adiciona: "A medida vem para alertar sobre os níveis que antecedem aquele conhecido como hipertensão, para que já sejam adotadas medidas que evitem a progressão da doença".

Mapear esse quadro com antecedência é benéfico, visto que a hipertensão tem atingido pessoas mais jovens. "Ela aparece normalmente após os 40 anos, mas estamos vendo indivíduos na faixa dos 30 com maior prevalência", explica Bortolotto. "O cenário está relacionado a hábitos de vida, principalmente obesidade, sedentarismo e consumo excessivo do sal."

A atenção extra funciona principalmente no caso do público masculino, historicamente menos ligado à saúde do que as mulheres. "O homem só vai ao médico quando está sentindo alguma coisa. Aí, pode já ter passado a chance de fazer um trabalho de prevenção. Porém, é importante dizer que hoje há evidências de que o homem voluntariamente procura mais ajuda médica, principalmente quando há antecedente familiar da doença", afirma o especialista.

Segundo o Ministério da Saúde, recomenda-se que pessoas acima dos 20 anos meçam a pressão ao menos uma vez por ano, ou o façam duas vezes nesse período caso exista histórico do problema na família — a genética é um elemento importante, pois 90% dos pacientes herdam essa condição dos pais.

No geral, a hipertensão afeta quase 28% dos brasileiros, informa a última Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), conduzida em 2023 pelo Ministério da Saúde. A população mais velha consta como a maior fatia das vítimas. A enfermidade acomete 65,1% dos indivíduos acima de 65 anos.

Fora os casos graves, nos quais o paciente pode sofrer de dores no peito e na cabeça, tontura, fraqueza, visão embaçada e sangramento nasal, o distúrbio tende a ser invisível. O corpo dá poucos sinais de que algo não vai bem. Por isso, é importante ficar ligado.

"A hipertensão por si só não é o problema", atesta Soubihe Jr. Ela mostra um sistema em descompasso, que, se deixado como está, pode comprometer a si mesmo e a seus arredores. "Os que sofrem são os vasos e todos os tecidos que eles irrigam, principalmente no cérebro, nos rins e no próprio coração", explica. As doenças geralmente ligadas à pressão alta são infarto, AVC, arritmia e insuficiência cardíaca, além de insuficiência renal. Pode também haver problemas oculares.

COMO TRATAR

O ideal hoje, então, é que o resultado de seu exame se mantenha abaixo de 12/8. E por que o teste traz sempre dois números? Medem-se os seguintes movimentos no

ines249

organismo: a primeira cifra, maior, mostra a pressão que o coração realiza para jogar sangue para as artérias — a chamada pressão sistólica. A segunda, menor, é a pressão diastólica, a tensão do sangue nos vasos quando o órgão cardíaco está relaxado. Juntas, oferecem um retrato da saúde arterial do paciente, que precisa ser acompanhada por algum tempo. Uma única medição diz muito pouco.

Quem passa a integrar o grupo dos pré-hipertensos não precisa correr para a farmácia. Para essa turma, imperam medidas direcionadas à qualidade de vida. Controlar o peso e o colesterol, evitar álcool em excesso e adotar pelo menos uma hora de exercícios de baixa intensidade cinco vezes na semana estão entre as recomendações. Outra indicação é uma dieta chamada Dash, composta de verduras e legumes (alimentos ricos em potássio), além de grãos e proteínas magras, porém sem gorduras saturadas, e poucos derivados do leite.

"Um exemplo brasileiro é arroz, feijão, um grelhado menos gorduroso, talvez um filé, um peito de frango, e salada. Esse é um prato típico do regime Dash", explica Bortolotto. Além disso, evite sal em excesso: limite-se a 5 ou 6 gramas por dia, o equivalente a três colheres rasas de café.

Outra medida de prevenção divulgada junto do novo paradigma passa

ines249

> “A medida vem para alertar sobre os níveis que antecedem aquele conhecido como hipertensão, para que já sejam adotadas medidas que evitem a progressão da doença.”
>
> **LUIZ APARECIDO BORTOLOTTO, CARDIOLOGISTA**

pelo controle do estresse. O corpo reage a situações de ansiedade por meio de seu instinto de fuga, instrumento de sobrevivência que dividimos com outras espécies. Trata-se do preparo para escapar ou lutar, quando hormônios como o cortisol e a adrenalina inundam o sistema, a pressão sobe e o coração acelera. O impacto nocivo surge quando o estresse se torna frequente na rotina e o corpo assume essa resposta repetidas vezes.

“Vivo essa realidade há muito tempo”, relata o cardiologista Soubihe Jr. “Viramos o paciente do avesso no consultório para entender o problema, e acabamos descobrindo que ele está brigado com um parente, se separando ou tem um filho usando drogas.”

O paulistano Paulo Alexandre de Camargo, 62, trabalhava em um órgão público, há dez anos, quando começou a sentir fortes dores de cabeça. “Estava passando por problemas sérios com a chefia”, lembra o hoje psicólogo. No hospital, deu de cara com a pressão em pico: a sistólica em 17. “Tomei medicamentos durante um ano, parei e normalizou”, conta. Ainda hoje, entretanto, Camargo, que apresenta propensão à doença desde criança, sofre de pressão alta momentânea em situações de estresse.

A publicação de outubro destaca outra ferramenta inusitada para lidar com a pré-hipertensão: a espiritualidade. “Dedicar-se à fé, independentemente da crença, em grupo ou individualmente, ajuda a pessoa a se cuidar melhor. É uma forma de prestar mais atenção em si mesmo e nos outros”, pontua Bortolotto.

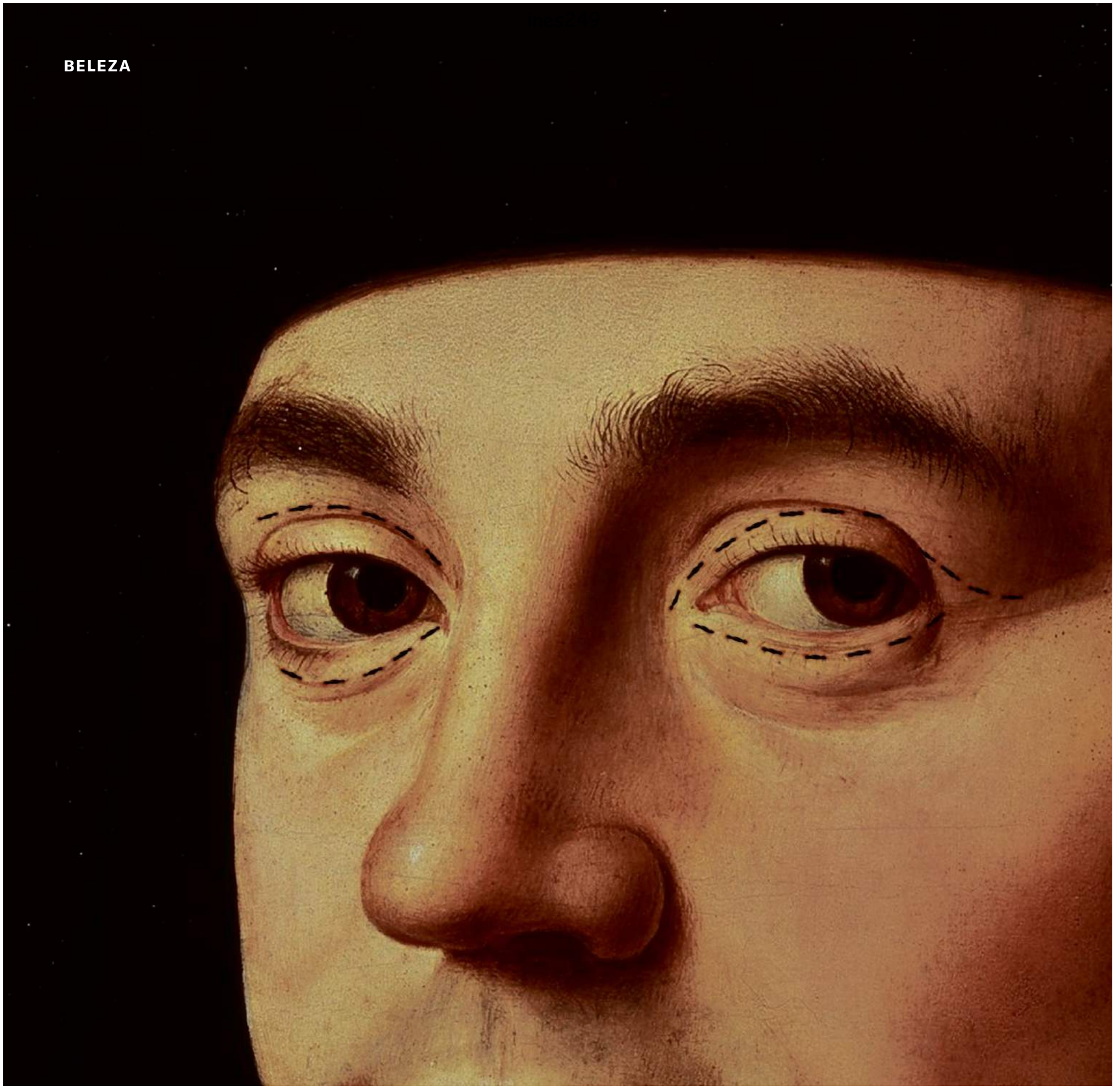
O especialista, por fim, adverte sobre o uso de hormônios para fins estéticos, aquela busca pelo corpo musculoso em detrimento da saúde do organismo: “Isso cria maior rigidez da parede dos vasos e contribui para a hipertensão, além de aumentar a atividade do sistema nervoso simpático e a liberação de adrenalina, que indiretamente agravam o quadro”.

Esse enfoque em mudanças no estilo de vida tem seus limites, argumenta Soubihe Jr. “Todo paciente pode voltar a exibir pressão em níveis normais, eventualmente até sem remédio. Entretanto, isso é raríssimo. Na prática, a pessoa sai do consultório jurando que se matriculará na academia, que nunca mais comerá hambúrguer, que ficará atenta à quantidade de álcool. E ela mesma acredita nisso”, diz. “Com o passar do tempo, um, dois anos depois, ela volta mais gorda, mais nervosa, sem fazer atividade física e com a pressão pior. Perdemos aí anos de tratamento.”

Os entraves na hora de tratar a pressão alta, mesmo por meio de fármacos, viraram tema de um estudo divulgado em agosto pela Escola de Enfermagem (EE) da USP. Perguntados sobre se estavam tomando a medicação, 90,1% dos 253 hipertensos responderam “sim”. Porém, um teste de urina para identificar rastros dos remédios apontou que apenas 32,4% dos participantes mantinham o tratamento em dia.

Para os pesquisadores, a adesão declarada mas não cumprida pode ter a ver com a vergonha de se abrir com o médico, o medo de julgamento e o uso irregular da medicação nos momentos de melhora da saúde.

O sucesso do combate à pré-hipertensão e à hipertensão depende muito da relação entre médico e paciente, argumenta o cardiologista Soubihe Jr. “Você precisa ser claro e objetivo, mostrar que nada está perdido, que há tratamento e é preciso aderir a ele”, finaliza. GQ



DE OLHOS BEM ABERTOS

Como funciona a blefaroplastia, a cirurgia plástica favorita do público masculino no mundo; ao remover o excesso de pele e gordura na região das pálpebras, ela promete melhorar o aspecto de cansaço, trazer uma aparência mais jovem e, em casos clínicos, até expandir o campo de visão

TEXTO **ANA BEATRIZ GONÇALVES** ILUSTRAÇÕES **VICTOR AMIRABILE**

ines249

Conhecida como cirurgia de pálpebras, a blefaroplastia, que atenua a flacidez nessa área do rosto, é a operação estética mais realizada pelo público masculino globalmente, de acordo com um relatório de 2024 da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS). Quase 490 mil homens passaram pelo procedimento no ano passado, superando métodos como a intervenção de ginecomastia (383.656) — para reduzir as mamas — e a lipoaspiração (294.866).

Chamada popularmente de "blefa", ela suaviza os efeitos do envelhecimento com a remoção do excesso de pele e de bolsas de gordura nas pálpebras superiores e inferiores. Marcelo Sampaio, cirurgião plástico do Hospital Sírio-Libanês e vice-presidente da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), explica que o mais comum é realizá-la em ambas as pálpebras. "Para os homens, a queixa quase sempre se refere a um olhar cansado, pouco expressivo", explica. "A operação leva, em média, de uma hora a uma hora e meia." Vale reforçar: apenas médicos formados podem realizá-la, segundo o Conselho Federal de Medicina (CFM).

Devido à aflição de imaginar bisturis próximo dos olhos, a anestesia geral aparece entre as opções de preparo. Porém, há quem tolere o procedimento apenas com anestesia local e sedação.

Além dos benefícios estéticos, a "blefa" possui fins funcionais e reparativos, isso nos casos em que a queda das pálpebras interfere no campo de visão prejudicando-a. "Quando essa pele cai sobre os cílios, é como se houvesse uma cortina semifechada", pontua Sampaio. Nessas situações, o paciente deve passar por um exame oftalmológico chamado campimetria. Com o diagnóstico comprovado, o procedimento pode ser realizado por meio de convênio médico e também no SUS, gratuitamente. Na rede particular, o custo da técnica costuma variar de R$ 30 mil a R$ 50 mil, a depender da complexidade do caso.

Na rede particular, a operação costuma custar entre R$ 30 mil e R$ 50 mil

Em geral, o pós-operatório é tranquilo e praticamente indolor. Porém, as primeiras 48 horas são delicadas. Recomendam-se repouso e compressas frias com soro fisiológico para diminuir o inchaço na área. Os pontos são removidos no sétimo dia e, pelo menos até o décimo, indica-se o uso de óculos escuros com proteção dos raios UV, mesmo dentro de casa. "A exposição direta ao sol e até a luminosidade de telas devem ser evitadas ao máximo. Os óculos dão mais conforto e discrição", explica Fernando Bianco, cirurgião plástico e membro da ISAPS.

Como os globos oculares ficam totalmente preservados, hábitos que forçam a visão, como ler, não precisam ser interrompidos. No entanto, o colírio lubrificante, prescrito para proteger as córneas dos edemas que se formam, é indispensável. Pacientes com doenças descompensadas, como hipertensão, diabetes ou distúrbios de coagulação, devem realizar um preparo adequado, suspendendo medicamentos. Aqueles com enfermidades oculares, como infecções, blefarite intensa, olho seco ou glaucoma grave, não podem realizar a operação.

CIRURGIA DE POLÍTICO

De volta à estética, as mulheres ainda saem na frente na corrida pela melhora da autoestima. É muito frequente que elas apostem na blefaroplastia associada ao "face lifting", protocolo que remove excessos e reposiciona a pele do rosto e do pescoço. Os homens costumam recorrer à cirurgia das pálpebras individualmente, mas esse somatório existe. Outra possibilidade surge no "brow lifting", que levanta as sobrancelhas e suaviza rugas e linhas de expressão da testa e do espaço entre os olhos.

Ainda assim, o público masculino

ines249

está cada vez mais preocupado com sua aparência. Antigamente, fazia-se a barba, escovavam-se os dentes e pronto. O mundo moderno exigiu mudanças no autocuidado. Ninguém gosta de se ver em uma tela de computador ou celular com o olhar cansado, envelhecido.

A blefaroplastia leva a fama de "cirurgia de político" ao trazer uma expressão mais viva e bem disposta aos parlamentares e candidatos. Em 2023, aos 77 anos, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva se submeteu à operação. No campo de personalidades associadas ao procedimento, ele não reina sozinho. Um dos mais comentados, embora não tenha confirmado diretamente, é o ator norte-americano George Clooney, 64. "Fiz uma cirurgia nos olhos. Dá para perceber? Acho importante ter uma aparência desperta", declarou o astro no programa da apresentadora Oprah Winfrey, em 2007.

Antes e depois de paciente operado pelo cirurgião plástico Fernando Bianco: olhar de aparência bem disposta

Raramente se indica a técnica a pacientes com menos de 40 anos. O pico de incidência se dá na faixa dos 55 aos 60 anos. "Os homens são mais conservadores em relação a esse tipo de protocolo; geralmente deixam que a situação chegue perto do limite", analisa Sampaio.

O advogado criminalista André Fonseca, 55, adiou a ideia por anos. "Nunca tive coragem de realizar intervenções estéticas. Era muito receoso", afirma. O incentivo partiu de um amigo que aderiu à "blefa" no ano passado. Fonseca, então, operou em maio último. "Fiquei surpreso com a fila de espera de três meses", conta ele, que curtiu o resultado. "Os conhecidos elogiam o brilho no olhar, percebem que algo mudou, mas não sabem dizer o quê."

Segundo Sampaio, é incomum refazer o procedimento. Entretanto, o processo de envelhecimento se mantém, o que significa que, quanto mais cedo o indivíduo realizar a cirurgia, maior a probabilidade de se queixar novamente da questão no futuro. "As pessoas têm na cabeça que cirurgia plástica é algo definitivo. E não é", argumenta a dermatologista Paola Pomerantzeff, especialista pela Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

> "Os homens são mais conservadores em relação a esse tipo de protocolo; geralmente deixam que a situação chegue perto do limite."
>
> **MARCELO SAMPAIO, CIRURGIÃO PLÁSTICO**

ALÉM DA "BLEFA"

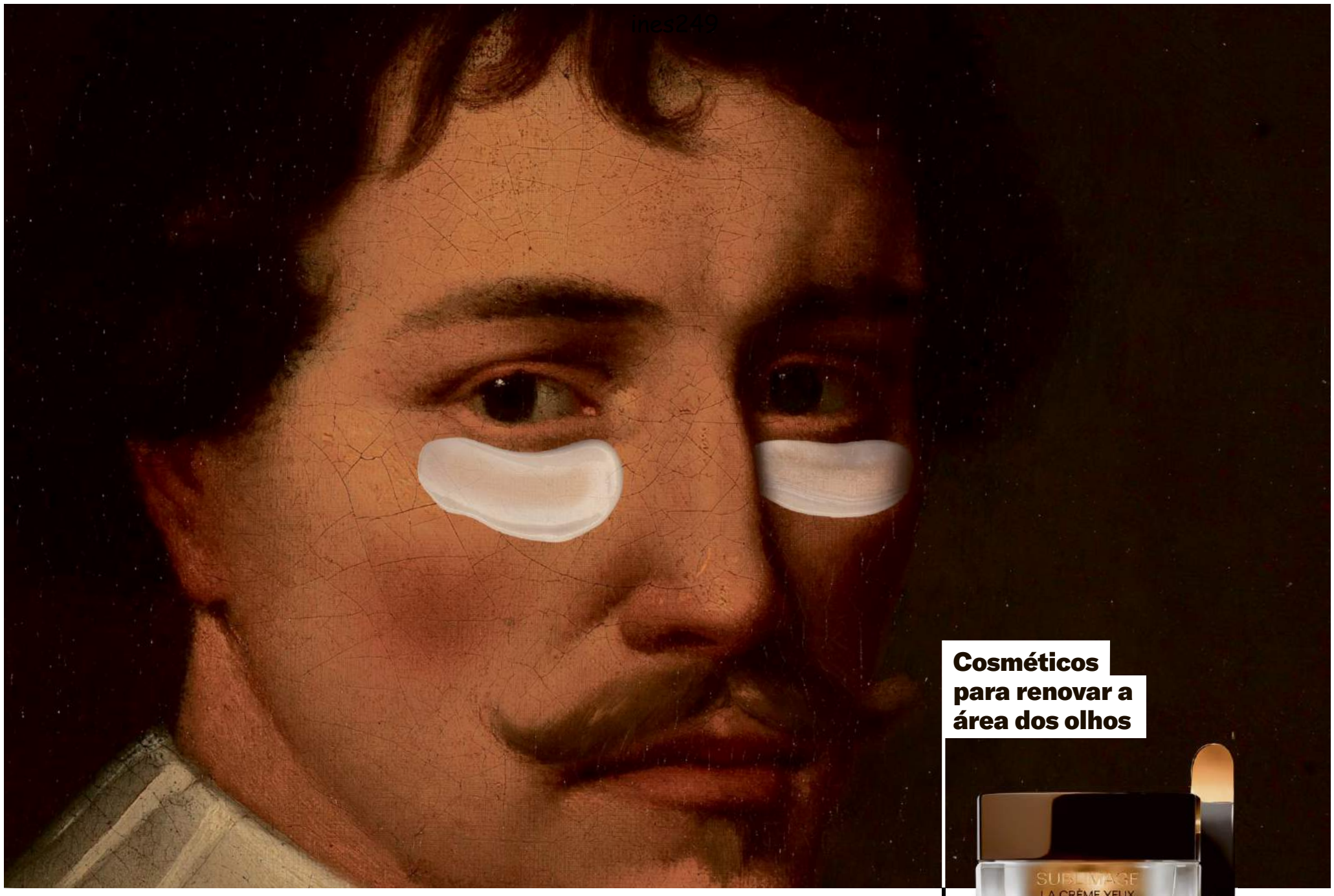
Buscar tratamentos alternativos ajuda a postergar a volta da flacidez e também a preveni-la. Com o mercado brasileiro ultra-aquecido — somos o segundo país que mais realiza procedimentos estéticos, atrás apenas dos Estados Unidos, segundo a ISAPS —, opções tecnológicas para estimular o colágeno e firmar a pele não faltam.

Os famosos pés de galinha, aquelas rugas concentradas no canto dos olhos, e as olheiras, marcas escuras nas pálpebras inferiores, integram a lista de incômodos mais comuns que chegam ao consultório da doutora Paola em São Paulo.

Cada paciente recebe uma indicação personalizada, conforme o nível de sua demanda. Entre os protocolos recomendados para a região dos olhos há aplicação de toxina botulínica, skinbooster (injeção de ácido hialurônico de baixa concentração), radiofrequência (tratamento com ondas eletromagnéticas de calor), ultrassom microfocado (ondas de alta frequência) e

Fotos Divulgação

ines249



diversos tipos de laser. Tudo menos invasivo e geralmente mais em conta do que uma cirurgia plástica — porém também com efeito menos duradouro.

O método principal desse tipo para combater a flacidez nas pálpebras é o plasma fracionado, cujo aparelho gera micropontos de calor na tez. Esse estímulo cria lesões controladas que ativam o colágeno e a elastina e promovem regeneração, firmeza e melhora na textura. "É como se encolhesse a pele", afirma Paola.

A intervenção deixa marcas por um período de três a cinco dias na face e é realizada no próprio consultório com o auxílio de anestesia local. Cada sessão sai na faixa de R$ 3.500, preço que varia de acordo com o profissional. O efeito dura até um ano.

Muitos pacientes têm medo de enfrentar uma cirurgia plástica, principalmente os homens, mas em alguns casos não há como resolver a insatisfação de outra forma. Na maioria das vezes, os cosméticos também não dão conta de contornar totalmente as linhas de expressão e as bolsas de gordura, mas nem por isso deixam de ser bem-vindos, especialmente quando se trata de prevenção ou de casos leves. A priori, aconselha-se o uso de cremes e séruns hidratantes regeneradores (com princípios ativos de ácido hialurônico e retinol) específicos para a área dos olhos, além do bom e velho protetor solar a partir de FPS 30.

Eles devem ser introduzidos nas rotinas matinal e noturna de cuidados. "A hidratação é muito importante, porém muitas pessoas apresentam irritações e alergias na região dos olhos; então, deve-se tomar cuidado com a escolha dos produtos", alerta Paola. Por isso, sempre busque um profissional para ajudar no tratamento. Afinal, se os olhos são a janela da alma, nós a queremos bem cuidada. GQ

Cosméticos para renovar a área dos olhos

1

2

3

4

1. Creme Sublimage La Crème Yeux, **Chanel**. **2.** Creme Hyaluron Activ B3, **Avène**. **3.** Sérum Intensive Hyaluronic Eye, **Institut Esthederm**. **4.** Sérum The Lifting Eye, **La Mer**.

O MINISTÉRIO DA CULTURA E PETROBRAS APRESENTAM

SP GASTRONOMIA

SUCESSO COM GOSTINHO DE QUERO MAIS!

O **SP Gastronomia** provou ser o festival mais gostoso de São Paulo e entregou novamente uma experiência inesquecível!

Reunimos os melhores restaurantes da cidade e uma agenda cultural vibrante, com shows de grandes artistas que elevaram o astral para as alturas. Teve também aulas com mestres da cozinha e suas receitas especiais, muito sabor na feira de produtores e diversas ativações de dar água na boca.

Foram dois finais de semana de recordes, celebrando a gastronomia paulistana e movimentando a cultura local. Nos despedimos com missão cumprida: sabor, música e sucesso garantidos.

E aguarde, nos vemos em breve com muito mais!

Lei Rouanet
Incentivo a Projetos Culturais

Apresentação
PETROBRAS

Estado Anfitrião
SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO SÃO TODOS

Cidade Anfitriã
PREFEITURA DE SÃO PAULO

Patrocínio Master
vivo
99 Food
elo

Patrocínio
PETRA PURO MALTE
Maturatta

Apoio
sabesp
BRITANIA
Para Britanier sua vida
GARRAFARIA
cielo
SulAmérica
REDE D'OR

SP

SHOWS PARA CURTIR E DANÇAR

12 SHOWS
REALIZADOS NO **PALCO VIVO**

35 MIL
COMIDINHAS VENDIDAS

18 RESTAURANTES
PARTICIPANTES NA **TENDA 99FOOD**

29.5 MIL
BEBIDAS VENDIDAS

Fique ligado em nossas redes e não perca nenhuma novidade

spgastronomia.com
@spgastronomia

Apoio Institucional

Participação

Hotel Oficial

Produção

Parceiro de Mídia

Parceiro de Sustentabilidade

Assessoria

Local Oficial

Realização

BEBA COM MODERAÇÃO. PRODUTO DESTINADO A MAIORES DE 18 ANOS.

ines249

GQ BRASIL

Diretor de Conteúdo
FRED DI GIACOMO

Redatora-Chefe **CAROLINA GIOVANELLI** Gerente de Produção e Fotografia **ENZO AMENDOLA**

Editor de Arte **VICTOR AMIRABILE** Editora de Reportagem **PAULA RODRIGUES TRINDADE**

Editore Assistente de Arte **LIU ANNO** Editores Assistentes **LEONARDO ÁVILA** E **MARCOS CANDIDO**

Produtoras de Conteúdo **ANA BEATRIZ GONÇALVES** E **SOFIA HERMOSO**

Analista Administrativa de Redação **FERNANDA AZEVEDO** Stylist **PEDRO DDN**

Colaboradores

Anna Sofie Baas, Ariel Câmara Bretas, Bárbara Moura, Beatriz Jaksys (Arte), Célia Arruda (Revisão), Danni Quess, Edson Luciano, Elias Assef, Ellen Barokhei, Erick Gianezze, Erisson Musella, Fernanda Bassette, Fernando Mendes, Franceso Barella, Francis Barioni, Gabriel Gimenes, Gleeson Paulino, Greta Ceccotti, Guilherme Casagrande, Jean Labanca, Jesiane Gobbi, Lachlan Ryan, Loriane Leger, Lucio Fonseca, Lufré, Luiz Lula (Arte), Marcello Junior, Matheus Matta, Nicolas Leite, Nilma Quariguasi, Pedro Nekrasius (Vídeo), Rafaela Bertolini, Riccardo Fasana, Sabrina Silva, Sam Tavares, Sofia Beretta, Teu Freitas, Thiago Ferraz, Thiago Biagi, Valerio Rizzari, Vilma De Alcântara, Yuri Godoy e Yuri Horsth.

EDIÇÕES | GLOBO CONDÉ NAST

Diretora-geral **PAULA MAGESTE**
Assistente executiva **MARCIA CAETANO**

CONSELHO ADMNISTRATIVO
Frederic Zoghaib Kachar, Christiane Clare Mack, Jason Miles, Leonardo Dib, Manuela U.C. de Mattos, Rafael Menin Soriano e Tiago Afonso

PUBLICIDADE
Diretora de negócios
ANITA CASTANHEIRA (acastanheira@globocondenast.com.br)
Gerente comercial
FLAVIA GOZOLI (fgozoli@globocondenast.com.br)

ESTÚDIO DE CRIAÇÃO EGCN
Gerente de projetos
MARINA CHICCA (mchicca@globocondenast.com.br)

MARKETING/NOVOS NEGÓCIOS
Gerente de marketing
DANIELA LAURENTI (dlaurenti@globocondenast.com.br)
Analista de marketing
GABRIELA KELAB (gsilva@globocondenast.com.br)

COMUNICAÇÃO E EVENTOS
Diretora de comunicação e eventos
CAROLINA CARVALHO CORREA (ccorrea@globocondenast.com.br)
Coordenadora de eventos
NATHALIA PERRONE (nperrone@globocondenast.com.br)

PUBLICIDADE CENTRALIZADA
Diretor nacional de negócios **SAMUEL SABBAG**
Diretor de desenvolvimento de audiência e comercial **TIAGO AFONSO**
Diretores de negócios multiplataforma **EMILIANO MORAD HANSENN, LILIAM BAIMA, ROBERTA FAIRBANKS, JOÃO MEYER**

PUBLICIDADE RIO DE JANEIRO E BRASÍLIA
Diretor de negócios multiplataforma **MARCELO LIMA DA CUNHA MATTOS**
Gerentes de negócios multiplataforma **DARLENE BASTOS CAMPOS, MONICA MONNERAT**
Diretor de negócios **LUIZ FERNANDO DE ALMEIDA MANSO**

PUBLICIDADE REGIONAL
Santa Catarina / Rio Grande do Sul / Paraná Jazz Representações com Claudia Weber (cweber@jazz.ppg.br), Patrícia Koops/Adalberto Neto

PUBLICIDADE INTERNACIONAL
Milão Oberon Media com Mr. Angelo Careddu (contact@oberonmedia.com)

GQ BRASIL é uma publicação das Edições Globo Condé Nast S.A.
Rua Gerivatiba, 207 - Butantã, CEP 05501-030, São Paulo-SP
Para contratação de assinatura e atendimento ao assinante, entre em contato pelos canais:
Call center: 4003-9393, **WhatsApp e Telegram:** (11) 4003-9393
Horário de atendimento: de segunda a sábado, das 08:00 às 15:00;
www.assineglobo.com.br Serviço de Atendimento ao Cliente www.sacglobo.com.br

Instituto Verificador de Comunicação IVC | ANER www.aner.org.br | CARBON FREE 104236

ESTA EDIÇÃO É CARBON NEUTRAL
Compensamos nossa emissão de CO2 por meio da recomposição florestal.

PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer
Roger Lynch

Chairman of the Board
Jonathan Newhouse

Chief Revenue Officer
Elizabeth Herbst-Brady

Chief Content Officer
Anna Wintour

Chief Financial Officer
Nick Hotchkin

Chief People Officer
Stan Duncan

Chief Communications Officer
Danielle Carrig

Chief of Staff
Samantha Morgan

Chief Product and Technology Officer
Sanjay Bhakta

Chief Content Operations Officer
Christiane Mack

WORLDWIDE EDITIONS
França: AD, GQ, Vanity Fair, Vogue
Alemanha: AD, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, Vogue
Índia: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Itália: AD, Condé Nast Traveller, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired
Japão: GQ, Vogue, Wired
México e América Latina: AD, Glamour, GQ, Vogue, Wired
Oriente Médio: AD, Condé Nast Traveller
Espanha: AD, Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue
Taiwan: GQ, Vogue
Reino Unido: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, House & Garden, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue, Vogue Business, Wired
Estados Unidos: AD, Allure, Ars Technica, Bon Appétit, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, LOVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, Them, The New Yorker, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE

Brasil: Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue
PUBLICAÇÕES SOB LICENCIAMENTO
Adria: Vogue
Austrália: GQ, Vogue, Vogue Living
Bulgária: Glamour
China: AD, Condé Nast Traveler, GQ, Vogue
República Tcheca e Eslováquia: Vogue, Wired
Grécia: Vogue
Hong Kong: Vogue, Vogue Man
Hungria: Glamour
Coreia: Allure, GQ, Vogue, Wired
Malásia: Vogue Lounge Kuala Lumpur
Oriente Médio: GQ, Vogue
Polônia: Glamour, Vogue
Filipinas: Vogue
Portugal: GQ, Vogue
Romênia: Glamour
Escandinávia: Vogue
Singapura: Vogue
África do Sul: Glamour, GQ, House & Garden
Tailândia: GQ, Vogue
Holanda: Vogue, Vogue Living
Turquia: GQ, Vogue
Ucrânia: Vogue

Condé Nast é uma companhia de mídia global que produz conteúdo premium para mais de 1 bilhão de consumidores em 32 mercados. condenast.com

Impressão IPSIS GRÁFICA E EDITORA S/A
R. Ver. José Nanci, 151 - Parque Jaçatuba, Santo André - SP, 09290-415

Distribuidor para todo o Brasil:
SPDL - Distribuidora Nacional de Publicações.

ines249

Tríade italiana

Um tênis básico, mas cheio de bossa. Este modelo de couro em cor clara da Gucci, com efeito estonado, carrega um dos símbolos da grife italiana, as listras triplas em verde e vermelho, por toda a língua e na parte de trás do calçado. Leve, de solado baixo e com uma silhueta afinada, o Shift se diferencia pelas costuras laterais e cai bem em looks casuais.

Foto Divulgação

Tênis Shift, da Gucci: R$ 6.990

ines249

BRINDE CENTENÁRIO

Acaba de aterrissar no Brasil o champanhe Lallier, a primeira de uma série de investidas de luxo do grupo Campari no país. De início, estão disponíveis no mercado dois bruts, um deles rosé. **(CAROLINA GIOVANELLI)**

Dupla de estreia

Fundada em 1906, a casa fica na região de Aÿ, na França. Por aqui são ofertados dois rótulos do tipo brut (com menor teor de açúcar residual): Réflexion Brut R.020 e Brut Rosé, com preços sugeridos de R$ 429 e R$ 520 e potencial de guarda de até quinze e dez anos, respectivamente.

Em expansão

Trata-se da primeira incursão de uma série do grupo Campari no mercado de luxo do país. A companhia italiana, que comprou 80% da Lallier em 2020, opera por aqui com marcas como a própria Campari, Aperol, Wild Turkey, Skyy, Frangelico e Sagatiba.

Terroir em voga

O conceito do negócio se apoia na expressão do terroir, com valorização das características de cada safra. O Réflexion R.020, com praticamente metade de chardonnay e metade de pinot noir, tem base na safra de 2020 e 19% de vinhos de reserva.

Foto Divulgação

ines249

EDITORA GLOBO

FIQUE ATENTO ÀS TENTATIVAS DE FRAUDE

A Editora Globo e as Edições Globo Condé Nast estão ao seu lado para garantir a segurança da sua assinatura e de seus dados. Por isso, estamos sempre atentos às melhores práticas para que você aproveite nossos serviços com total confiança.

Confira algumas dicas de segurança:

Central de atendimento: Nunca pedimos o código de segurança do seu cartão de crédito por telefone. O código de segurança é formado por aqueles 3 dígitos impressos no cartão. Se receber uma ligação solicitando essa informação, desconsidere e não forneça!

SMS ou WhatsApp: A Editora Globo e as Edições Globo Condé Nast nunca enviam links para preenchimento de dados de pagamento. Caso receba algum link com um formulário solicitando os dados de cartão, desconsidere e não preencha!

Multa indevida: Nunca enviamos links, mensagens ou fazemos ligações para quitação de valores em aberto ou com cobrança de multa pelo cancelamento da sua assinatura.

Cobrança em domicílio: A Editora Globo e as Edições Globo Condé Nast nunca enviam cobradores a domicílio. Se alguém se apresentar como representante da Editora Globo ou Edições Globo Condé Nast para cobrar uma quantia em casa, desconsidere e não atenda!

Boleto bancário: Fique atento às informações do boleto bancário. Antes de efetuar o pagamento, confira o CNPJ e o beneficiário na tela de pagamento.

Canais oficiais de atendimento:

São Paulo e demais localidades: 4003-9393
WhatsApp ou Telegram: (11) 4003-9393
Horário de Atendimento: de segunda à sábado das 08:00 às 15:00.

ines249

REACH FOR THE CROWN

O DAY-DATE

ROLEX